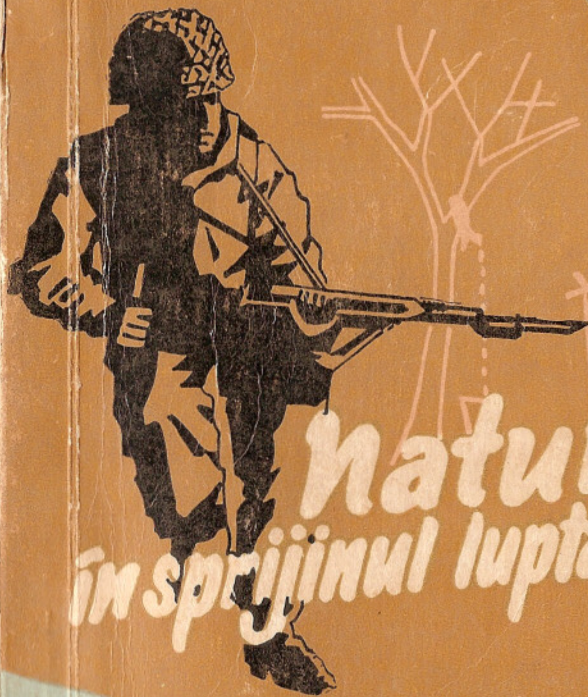






Natura în sprijinul luptătorului

Pentru patria noastră,
Republica Socialistă România !

NATURA
ÎN SPRIJINUL LUPTĂTORULUI

Editura M.F.A. 1970

OPERAȚIILE TEHNIC-EDITORIALE
AU FOST EXECUTATE
DE CĂTRE EDITURA MILITARĂ

Experiența celor două războaie mondiale a demonstrat că un număr apreciabil de militari și grupuri de militari — datorită situațiilor extrem de variate și complexe ale cîmpului de luptă — pot fi puși în situația dificilă de a-și asigura existența pe o anumită perioadă de timp folosindu-se numai de condițiile existente în mediul înconjurător.

Rezolvarea unor probleme vitale pentru organism, ca de exemplu : hrănirea, odihna, protecția împotriva frigului sau a căldurilor excesive, tratarea unor boli etc. — în condițiile lipsei oricărui ajutor din partea trupelor proprii și a populației civile —, este o problemă deosebit de importantă. De modul cum militarii puși în astfel de situații știu să-și asigure existența pe cont propriu, depind îndeplinirea misiunilor primite, iar, uneori, recuperarea și reîncadrarea acestora în rîndurile luptătorilor.

In prezenta lucrare sînt explicate, sub o formă accesibilă, principalele cunoștințe ce se cer militarilor de toate gradele pentru a putea să supraviețuiască în timp de război, în eventuali-

tatea că ar ajunge în situații deosebite privind asigurarea existenței.

Militarii din toate armele — îndeosebi cei care prin specific îndeplinesc și misiuni cu caracter de independență (cercetare, transmisiuni, aviație, marină etc.) — sînt datori să-și însușească cunoștințele din prezenta lucrare și atît pe timpul aplicațiilor, cît și în alte ocazii să le aplice în mod creator pentru a putea face față eventualelor situații reale.

I

PRINCIPII GENERALE DE SUPRAVIEȚUIRE

Se apreciază că un viitor război va fi dus cu forțe armate numeroase, pe spații mari și va necesita mobilizarea maximă a întregului potențial material și uman al țărilor participante. În războiul modern victoria asupra inamicului poate fi obținută numai prin acțiunile comune ale tuturor categoriilor de forțe armate. În cazul unui război nuclear mijloacele principale de nimicire vor fi armele nucleară, chimică și bacteriologică.

Desfășurarea acțiunilor militare într-un ritm rapid și pe spații imense, dispersarea la teren a trupelor din toate armele, trecerea în timp scurt de la o formă de luptă (operație) la alta, necesitatea desfășurării unor acțiuni în adîncimea dispozitivului inamicului sînt numai cîteva din trăsăturile caracteristice ale luptei și operației moderne care favorizează izolarea neprevăzută a unor militari sau grupuri de militari față de subunitățile și unitățile din care fac parte.

În primul și în cel de-al doilea război mondial situațiile de izolare neprevăzută a unor militari au fost frecvente și foarte variate : rătăciți, încercuiți, naufragiați, evadați din lagăre, ieșiți din încercuire, prelungirea duratei de rămînere în adîncimea dis-

pozitivului inamicului etc. De asemenea, durata de izolare a acestora a fost diferită : începînd cu cîteva ore, pînă la cîteva luni.

Este de la sine înţeles că în toate aceste perioade militarii sau grupurile de militari izolate trebuie să rezolve pe cont propriu hrănirea, odihna, prevenirea îmbolnăvirilor etc.

Modul de asigurare a existenţei în condiţiile lipsei oricărui ajutor din partea trupelor proprii sau a populaţiei civile poartă denumirea de **supravieţuire.**

Prin supravieţuire se înţelege deci **totalitatea acţiunilor întreprinse de un militar sau grup de militari pentru menţinerea pe cont propriu a capacităţii de luptă pînă la îndeplinirea misiunilor şi revenirea în cadrul subunităţii din care face parte.**

Unele cunoştinţe şi deprinderi specifice supravieţuirii sînt aplicate cu mult succes şi în timp de pace de către militarii şi subunităţile din toate armele, inclusiv de populaţia civilă, prin folosirea resurselor locale, în rezolvarea unor nevoi prevăzute sau neprevăzute : amenajarea unei adăpostiri, aprinderea focului, amenajarea unui izvor, vînatul, pescuitul, conservarea diferitelor produse, bandajarea unei răni, oprirea unei hemoragii etc.

Cunoştinţele şi deprinderile în acest domeniu, căpătate de orice persoană, reprezintă o garanţie în plus că ea va fi în măsură să-şi satisfacă nevoile cu mai multă uşurinţă în condiţii reale de supravieţuire.

•

Situaţiile extrem de variate şi complexe, în care se pot găsi militarii izolaţi sau grupurile de militari nevoiţi a-şi asigura existenţa pe cont propriu, nu permit stabilirea unor soluţii precise referitoare la supravieţuire. Ca în oricare altă situaţie de campanie, metodele şi procedeele de supravieţuire trebuie aplicate ţinîndu-se seama de împrejurările care determină trecerea la supravieţuire şi de condiţiile concrete din zonă : situaţia inamicului şi a trupelor proprii, condiţiile de teren şi de stare a vremii, atitudinea populaţiei civile din zonă, anotimp, resursele locale de existenţă etc.

Există totuşi unele cerinţe specifice care vor trebui respectate de toţi militarii ajunşi în situaţia de supravieţuire, dintre care cele mai importante sînt :

Îndeplinirea misiunilor de luptă cu orice preţ

Pot fi situaţii cînd militarul este nevoit să-şi asigure existenţa pe cont propriu înainte ca el să-şi fi îndeplinit misiunile de luptă. În astfel de situaţii militarul este obligat să-şi îndeplinească întocmai şi la timp misiunile de luptă, dînd dovadă de mult patriotism, iniţiativă, fermitate, curaj şi disciplină militară. Nu poate exista nici un motiv care să justifice întreruperea sau încetarea fără ordin a îndeplinirii misiunilor de luptă încredinţate.

În cazul cînd militarul s-a rătăcit de subunitate, el trebuie să facă tot posibilul pentru a o găsi în timpul cel mai scurt posibil şi pentru a continua îndeplinirea misiunilor în cadrul acesteia.

Cunoaşterea situaţiei inamicului şi a populaţiei civile din raion

Militarul ajuns în situaţia de supravieţuire trebuie să facă tot posibilul pentru a cunoaşte unele date mai importante despre inamic şi populaţia civilă din raion, dintre care amintim :

— unde se găsesc elementele inamicului cele mai apropiate :

— natura acestora (rezerve, elemente de pază, de siguranţă sau de îndrumare a circulaţiei etc.) ;

— din ce armată fac parte ;

— ce activitate desfăşoară ;

— care sînt posibilităţile acestora de a descoperi pe supravieţuitor ;

— dacă în raion există populaţie civilă şi atitudinea acesteia faţă de trupele proprii şi inamice ;

— direcţiile sau raioanele frecventate de către elementele inamice şi populaţia civilă etc.

Aceste date vor fi de mare folos supravieţuitorului, deoarece în funcţie de ele îşi va putea stabili un plan de acţiune bazat pe date reale, privind posibilităţile de descoperire pe care le au inamicul şi populaţia civilă şi, atunci cînd situaţia impune, de îndeplinire a misiunilor de luptă.

Menţinerea în permanenţă a unui moral ridicat

Experienţa militarilor, care în diferite campanii au ajuns în situaţia de a-şi asigura existenţa pe cont propriu, a demonstrat că supravieţuirea este în primul rînd o problemă de ordin moral, în care lupta pentru existenţă şi pentru ieşirea din această situaţie joacă un rol hotărîtor. În mod frecvent, militarii ajunşi în situaţie de supravieţuire sînt supuşi unor şocuri nervoase sau unor emoţii deosebite, datorită fricii, panicii, desperării şi uneori singurătăţii îndelungate. La unii militari, şocurile nervoase pot fi agravate din cauza rănilor, oboselii, foamei, lipsei de apă etc.

De subliniat faptul că pentru militarii care nu au fost pregătiţi din punct de vedere moral şi care nu au cunoscut procedeele de supravieţuire şansele de a scăpa au fost destul de reduse. Din contră, militarii care au dovedit încredere în forţele lor, cunoştinţe în acest domeniu, calm şi raţiune au rezolvat cu succes situaţiile cele mai dificile, ieşind astfel victorioşi în lupta pentru asigurarea existenţei.

De exemplu, în situaţia cînd pe timpul acţiunilor în adîncimea dispozitivului inamicului, militarul s-a rătăcit de subunitate, el nu trebuie să intre în panică ; mai întîi va trebui să se adăpostească, să respire adînc pînă se calmează, după care să-şi clarifice situaţia (unde se află, unde se găseşte inamicul, unde s-a pierdut de tovarăşii săi, către ce punct se deplasau ei, cum trebuie să se deplaseze pînă în punctul respectiv, fără a fi descoperit etc.) şi numai după aceea să treacă la acţiunea de căutare. Există în astfel de situaţii pericolul grabei şi al nerăbdării în acţiune, care conţine în sine riscul de a ajunge într-o situaţie şi mai grea (capturarea, urmărirea de către inamic) şi care poate duce la rătăcirea definitivă faţă de subunitate etc. Moralul ridicat, calmul şi raţiunea sînt factorii de bază care permit supravieţuitorului să rezolve situaţiile cele mai grele — situaţii care uneori par chiar imposibile —, să nu-şi

piardă speranța de a regăsi pe tovarășii de care s-a rătăcit și, în final, să se întoarcă sănătos în dispozitivul trupelor proprii.

Respectarea cu grijă a regulilor igienei corporale și a sănătății

În condiții de pace sau de război fiecare om ține la sănătatea lui și luptă pe toate căile pentru a o menține. În condiții de supraviețuire, această problemă capătă o importanță capitală, determinată în primul rînd de faptul că în condițiile supraviețuirii nu există la dispoziție medici, medicamente, condiții de tratare sau alte posibilități de restabilire a sănătății organismului în timp scurt. În afară de acestea, se știe că, de regulă, bolnavul are un organism slăbit, se enervează ușor, se demoralizează treptat și în unele cazuri pierde încrederea în forțele sale, mergînd pînă la renunțarea de a mai lupta pentru supraviețuire.

Dimpotrivă, militarul sănătos nu va fi preocupat de metodele de însănătoșire a organismului, avînd astfel posibilitatea de a se ocupa în principal de îndeplinirea misiunilor și de celelalte probleme, capacitatea lui de acțiune putînd fi cea obișnuită.

Iată de ce fiecare militar trebuie să se preocupe în mod deosebit de păstrarea sănătății în orice situație indiferent de greutățile și de lipsurile pe care le întîmpină, ținînd seama de următorul principiu care se păstrează din vechime și care conține mult adevăr : „este mult mai ușor să-ți păstrezi sănătatea decît să o redobîndești după ce ai pierdut-o".

Cel mai mare pericol pentru sănătatea organismului în condiții de supraviețuire îl constituie nutriția slabă, extenuarea fizică, lipsa de îngrijire medicală, condițiile slabe de igienă etc.

Acest pericol poate fi prevenit încă din timp de pace prin călirea fizică a organismului, prin exerciții fizice intense, antrenamente etc., precum și prin însușirea și aplicarea regulilor sanitare ce se predau în timpul instruirii.

În condiții de supraviețuire acest pericol poate fi preîntîmpinat prin odihna organismului, cît de cît organizată, prin prepararea unei hrane cît mai corespunzătoare, prin luarea unor măsuri severe de igienă personală, prin respectarea regulilor sanitare etc. Pentru aceasta, fiecare militar trebuie să învețe metodele de prevenire a bolilor și de îngrijire medicală în condiții de supraviețuire, metode care în practică s-au dovedit destul de simple și eficace, avînd în vedere faptul că în condiții de supraviețuire aproape în toate situațiile se aplică principiul : „fiecare militar este medicul său și al tovarășilor din jurul lui".

Păstrarea cu grijă a obiectelor și a materialelor folositoare

De regulă, în momentul trecerii la asigurarea existenței pe cont propriu, militarul dispune de: armament, muniții, pumnal, echipament, alimente, medicamente etc. El poate să dispună și de alte obiecte și materiale care-i vor servi la nevoie : hartă, creioane, briceag, sîrmă, sfoară, lame de ras, ace, ață etc.

pentru a se reîntoarce la trupele proprii. Dacă acest lucru nu a fost posibil şi militarul a fost luat prizonier, el trebuie să întrebuinţeze toate mijloacele şi posibilităţile pentru a evada şi a reveni în dispozitivul trupelor proprii sau a-şi continua misiunile de luptă.

Pe tot timpul prizonieratului orice militar trebuie să-şi păstreze onoarea şi demnitatea de militar ; să păstreze cu stricteţe secretul militar şi de stat, respingînd cu hotărîre orice încercare a inamicului de a-l folosi sub vreo formă împotriva intereselor patriei noastre. Întrucît condiţiile de prizonierat sînt în general deosebit de grele în ce priveşte asigurarea existenţei, fiecare militar trebuie să lupte pe toate căile pentru a-şi menţine sănătatea şi robusteţea fizică, pentru a păstra echipamentul şi toate celelalte materiale care îi pot servi pentru supravieţuirea în condiţii de prizonierat şi în final pentru evadare şi pentru reîntoarcerea în cadrul trupelor proprii. Pentru a putea face faţă tuturor situaţiilor, militarii trebuie să aplice în mod creator — în funcţie de condiţiile concrete — regulile şi principiile de supravieţuire.

●

În afară de cele arătate, în cazul trecerii la aplicarea metodelor de **supravieţuire în grup** se impune respectarea următoarelor cerinţe mai importante :

Militarul cel mai mare sau mai vechi în grad să ia neîntîrziat comanda grupului de militari

Toţi militarii trebuie să fie pe deplin conştienţi că şi în situaţiile de supravieţuire, cînd nu există un comandant titular, unul dintre ei trebuie să ia comanda pentru a se putea realiza o comandă unică, o unitate de voinţă şi de acţiune. Numai în acest fel grupul de militari va fi în măsură să rezolve problemele deosebit de complexe ale supravieţuirii, indiferent de acţiunile ce urmează să se desfăşoare.

Menţinerea disciplinei militare, a coeziunii şi a spiritului de ajutor reciproc

Aceasta este una din cele mai importante cerinţe ale supravieţurii în grup.

Experienţa a demonstrat că în condiţii de supravieţuire se conturează cu mai multă claritate calităţile pozitive şi negative ale oamenilor. Unii militari pot deveni mai curajoşi, dinamici, perseverenţi şi mai apropiaţi de colectiv etc. Dimpotrivă, alţii pot da dovadă de mai multă frică, pasivitate, descurajare etc., ajungînd chiar la posibilitatea răspîndirii panicii în cadrul subunităţii.

De aceea, în atenţia tuturor militarilor trebuie să stea în permanenţă necesitatea desfăşurării unei munci eficiente de educaţie, în scopul întăririi disciplinei militare, a coeziunii, a spiritului de ajutor reciproc etc., chiar în condiţiile deosebit de grele în care s-ar putea afla grupul respectiv de militari.

Organizarea judicioasă a activităţii în cadrul grupului de militari

Din experienţă a rezultat că supravieţuirea în grup prezintă unele avantaje în comparaţie cu cea individuală. Aceste avantaje se referă în primul rînd

la faptul că în cadrul unui grup se poate organiza o activitate mai eficientă, dispare singurătatea apăsătoare, iar problemele de asigurare a existenței se pot rezolva cu mai multă ușurință.

Încă de la începutul supraviețuirii, comandantul subunității trebuie să împartă sarcinile ce revin fiecărui om. Aceste sarcini vor fi împărțite în funcție de calificarea și de talentul fiecăruia. De exemplu, militarii care se pricep la vînătoare și pescuit vor răspunde de satisfacerea acestor nevoi ; cei care se pricep la croitorie sau cizmărie vor răspunde de repararea echipamentului, iar militarii care cunosc limba inamicului sau a populației civile din zonă se vor ocupa în principal de procurarea de informații etc.

Răspunderea principală pentru fiecare om și pentru reușita fiecărei acțiuni revine comandantului. Acesta trebuie să dea dovadă în permanență de multă hotărîre, de curaj și de stăpînire de sine. De asemenea trebuie să fie autoritar față de restul militarilor, fără însă ca aceasta să-l îndepărteze de ei, trebuie să aprecieze repede situația, să organizeze și să conducă cu siguranță acțiunile, chiar în împrejurările cele mai grele etc.

●

Militarii care sînt nevoiți să aplice metodele specifice supraviețuirii se găsesc de regulă într-o situație critică. De cele mai multe ori situația critică a acestora constă în imposibilitatea de a primi ajutor din partea trupelor proprii. În asemenea condiții, supraviețuitorii sînt obligați să-și îndeplinească misiunile primite sau să-și mențină capacitatea de luptă — pînă la revenirea în cadrul trupelor proprii,

învingînd frica, oboseala, suferința, foamea și alte privațiuni impuse de situațiile concrete în care se găsesc.

Toate greutățile și riscurile vor putea fi suportate cu mai multă ușurință de către militarii căliți fizicește, care au un moral ridicat și cunosc procedeele de supraviețuire, cu alte cuvinte de către militarii care sînt pregătiți pe această linie.

Pregătirea militarilor în domeniul supraviețuirii trebuie să se facă încă din timp de pace, îndeosebi pe timpul aplicațiilor tactice, cînd se pot verifica și însuși în mod practic diferite metode și procedee. De asemenea prezintă o importanță deosebită aplicarea unor procedee rezultate din experiența acumulată în decursul anilor, în cadrul preocupărilor cotidiene : crearea unor adăposturi, vînatul, pescuitul, prepararea hranei, procurarea apei de băut, repararea echipamentului etc.

Însușirea metodelor și a procedeelor de supraviețuire, precum și dezvoltarea unui raționament logic, a iscusinței și a unei voințe ferme asigură oricărui militar condițiile fizice și psihice de a putea face față chiar celor mai complexe situații.

În cuprinsul lucrării sînt explicate pe înțelesul tuturor militarilor cele mai importante procedee de asigurare a existenței de către militarii izolați, precum și în cadrul grupurilor de militari, în diferite zone și anotimpuri, prin folosirea resurselor din zona în care acționează.

2 c. 874

II

NOŢIUNI GENERALE DESPRE FACTORII ATMOSFERICI; INFLUENŢA ACESTORA ASUPRA CONDIŢIILOR DE SUPRAVIEŢUIRE

În toate domeniile de activitate se constată influenţa pozitivă sau negativă a factorilor atmosferici : temperatura aerului, ceaţa, vînturile, ploile, zăpezile etc.

Încă înainte de cunoaşterea legilor naturii omul şi-a îndreptat atenţia asupra fenomenelor atmosferice care îl impresionau plăcut sau îl îngrozeau. Acest lucru a contribuit la dezvoltarea treptată a meteorologiei ca ştiinţă. În prezent datele meteorologice sînt cunoscute şi utilizate tot mai mult de către oameni, în toate domeniile de activitate.

Pentru militarii din toate armele se impune cunoaşterea celor mai importante aspecte privitoare la factorii atmosferici, pentru ca ei să-şi poată organiza şi desfăşura acţiunile pe baze reale.

În condiţiile supravieţuirii starea timpului este unul din factorii cei mai importanţi, de care în mod obligatoriu trebuie să se ţină seamă. Unele fenomene meteorologice cum sînt : ploaia, furtuna, gerul, zăpada etc. îngreuiază mult deplasarea, orientarea, procurarea hranei, amenajarea adăpostirilor, aprinderea focului etc., avînd totodată unele efecte nocive asupra sănătăţii supravieţuitorului.

Pentru a veni în ajutorul militarilor pe această linie, în cele ce urmează se prezintă unele date folositoare supravieţuitorului în analiza timpului probabil.

1. STRUCTURA ATMOSFEREI

Învelişul gazos al Pămîntului — atmosfera — reprezintă un amestec de gaze, vapori de apă şi particule solide ca : praf, fum, substanţe chimice, microorganisme etc., care se găsesc în suspensie la diferite înălţimi. Fără atmosferă n-ar fi existat şi nu s-ar fi dezvoltat viaţa pe Pămînt.

În atmosferă se formează norii, ploaia, vîntul, zăpada, grindina etc., fenomene a căror cunoaştere prezintă o mare însemnătate în condiţiile supravieţuirii.

Atmosfera este limitată în partea inferioară de suprafaţa terestră ; partea ei superioară se pierde treptat în spaţiul cosmic. Cercetările au stabilit că atmosfera este încă destul de densă pînă la o înălţime de 80 km.

Atmosfera Pămîntului, îndeosebi în partea ei inferioară, este alcătuită din mai multe straturi suprapuse concentric, cu proprietăţi fizice şi chimice deosebite (fig. II.1). Între aceste straturi nu sînt limite fixe.

a) Troposfera

Troposfera este stratul atmosferei care vine în contact direct cu Pămîntul. Acest strat gazos are o grosime cuprinsă între 6 şi 18 km (în zona ecuatorială

este de 16-18 km, în zonele temperate — de 10-12 km, iar în regiunile polare — de 6-8 km).

Troposfera este stratul cel mai însemnat al atmosferei, deoarece aici au loc toate fenomenele care interesează viaţa : variaţiile de temperatură, vînturile, norii, precipitaţiile etc.

O particularitate importantă a troposferei o constituie scăderea temperaturii la înălţime, în procent de 6,5 grade pentru fiecare kilometru ; de asemenea, troposfera cuprinde patru cincimi din masa întregii atmosfere şi conţine aproape întreaga cantitate a vaporilor de apă din aceasta.

b) Stratosfera

Stratosfera este al doilea strat principal al atmosferei ; ea începe de la limita superioară a troposferei şi se întinde pînă la aproximativ 80 km.

O caracteristică a acestui strat este aceea că temperatura aerului în general nu variază în funcţie de înălţime, ci are o valoare constantă ; vaporii de apă se află într-o cantitate foarte mică, iar deplasările de aer se fac numai orizontal.

c) Ionosfera

Ionosfera este stratul superior al atmosferei şi începe de la limita superioară a stratosferei.

În ionosferă există particule încărcate cu electricitate pozitivă sau negativă. Aici au loc cunoscutele aurore polare.

2. MIŞCĂRILE ATMOSFEREI

a) Presiunea aerului

Presiunea atmosferică (greutatea cu care apasă aerul asupra Pămîntului) este unul dintre cele mai importante elemente meteorologice, deoarece de variaţiile ei depind procesele mai importante din atmosferă.

Presiunea atmosferică variază în funcţie de altitudine (cu cît urcăm în atmosferă, cu atît puterea de atracţie a Pămîntului scade şi, ca urmare, aerul devine mai uşor) şi de starea de căldură sau de răceală a aerului.

Presiunea atmosferică este schimbătoare la suprafaţa Pămîntului. Variaţiile presiunii atmosferice joacă rolul principal în mişcările aerului. Aceste variaţii se produc în raport cu cele ale temperaturii : cu cît temperatura aerului creşte, cu atît presiunea atmosferică scade şi invers.

b) Temperatura aerului

Căldura solară reprezintă sursa principală de încălzire a suprafeţei globului pămîntesc.

Atmosfera nu se poate încălzi direct de la Soare (fiind o masă gazoasă transparentă), ci numai prin mijlocirea suprafeţei Pămîntului. Pe scurt, fenomenul se produce astfel :

— căldura solară, ajungînd pe Pămînt, este înmagazinată de scoarţa acestuia, după care este radiată în atmosferă, încălzind-o de jos în sus. Cantitatea de căldură solară ajunsă la suprafaţa Pămîntului depinde de înclinarea razelor, de gradul de transparenţă şi de grosimea păturii de aer străbătute.

Starea de căldură și de răceală a aerului este diferită pe întinsul globului pămîntesc ca urmare a formei și mișcărilor Pămîntului, repartiției continentelor și oceanelor, formelor de relief, naturii solului, vegetației, zăpezii, curenților etc. Curenții marini reci și calzi, cîmpurile vaste de ghețari din mările arctice exercită și ele o anumită influență asupra circulației maselor de aer în atmosferă.

Un alt factor care influențează temperatura aerului la suprafața Pămîntului este amestecul orizontal și vertical al aerului. Schimbul orizontal se realizează prin deplasarea maselor de aer, deplasare generată de sistemul curenților. Dacă într-o regiune oarecare pătrunde aer rece, atunci temperatura scade. În mod analog se petrece și cu aerul cald.

Schimbul orizontal al maselor de aer micșorează diferențele de temperatură dintre latitudini. Schimbul vertical din atmosferă duce la nivelarea distribuției căldurii pe verticală. Din această cauză încălzirea suprafeței solului prin schimbul vertical al maselor de aer duce la încălzirea stratului de aer din imediata apropiere a solului, iar răcirea suprafeței solului duce la scăderea temperaturii.

3. VÎNTURILE

În troposferă sînt foarte rare situațiile cînd aerul este liniștit. Aerul atmosferic se găsește aproape într-o continuă mișcare, atît în plan orizontal, cît și vertical.

Datorită încălzirii inegale a suprafeței Pămîntului, masele de aer care vin în contact cu aceasta sînt

într-o mișcare continuă, dînd naștere la vînturi (fig. II.2).

Vîntul ia naștere acolo unde se creează o diferență de presiune între masele de aer învecinate. Acolo unde prin încălzire aerul se ridică în sus, se formează un centru de presiune minimă, iar unde aerul se răcește, el se îndesește, devine mai greu și se formează un centru de presiune maximă.

În atmosferă aceste centre nu pot fi permanente. Cînd într-o regiune de pe suprafața Pămîntului presiunea crește sau scade, atunci aerul pornește din locul cu presiune ridicată spre cel cu presiune scăzută, adică de la centrul de maximă presiune la cel de minimă presiune.

Teritoriul patriei noastre, situat în sud-estul Europei, între 43°37′07″ și 48°15′06″ latitudine nordică și 20°15′44″ și 29°41′24″ longitudine estică, intră în categoria țărilor cu vînturi neregulate.

Vînturile neregulate sînt cele care bat din diferite direcții și cu intermitență ; uneori abia sînt perceptibile, alteori se transformă în furtuni. Ele sînt de două feluri : calde și reci.

Dintre vînturile calde pot fi amintite : foenul sau **föhnul**, care se formează în regiunile cu munți înalți (Alpi, Caucaz, Munții Stîncoși).

Vînturile reci mai cunoscute sînt : **mistralul**, care bate în sudul Franței ; **bora**, care coboară de pe țărmul nord-vestic al R. S. F. Iugoslavia spre Marea Adriatică și **crivățul**, care bate în părțile centrale și sudice ale U.R.S.S., precum și în țara noastră. Vînturile reci se formează în principiu iarna și primăvara, cînd deasupra Mării Mediterane se creează o zonă de minimă presiune.

Cele mai cunoscute vînturi care bat în țara noastră sînt :

a) **Crivățul** bate dinspre nord-est, în special iarna. El ia naștere datorită localizării unui centru de maximă presiune în nordul U.R.S.S. și a unuia de minimă presiune în Marea Mediterană. Este un vînt rece și uscat. Cîteodată este atît de violent, încît produce distrugeri: răstoarnă copaci, descoperă case, distruge instalații de telecomunicații etc. Cînd crivățul bate iarna temperatura coboară brusc, spulberă zăpada, troienind-o în adăposturi, lăsînd astfel semănăturile de toamnă pradă gerului, pe care tot el îl aduce din nordul înghețat. Cînd bate vara aduce mase de aer cald din stepele U.R.S.S.

b) **Austrul** bate în direcția opusă, adică dinspre sud-vest, în toate anotimpurile. Este un vînt uscat. Iarna aduce ger, iar vara căldură și secetă. Bate mai frecvent în Banat și Oltenia, dar nici celelalte regiuni ale țării nu sînt ferite de el.

c) **Băltărețul** bate de la sud, dinspre Peninsula Balcanică, trecînd peste bălțile Dunării, de la care și-a luat numele. E un vînt domol și călduț. Adesea aduce ploi.

d) **Coșava** este un vînt rece și uscat ; coboară din munții Iugoslaviei către Dunăre și Banat. Adesea este atît de puternic, încît răstoarnă totul în calea lui. Locuitorii se ascund în adăposturi cînd îl simt că se apropie. Este un vînt care produce mari pagube.

e) **Vîntul mare** este un fel de „foen (föhn) românesc“. El bate peste culmile Carpaților Meridionali și coboară în depresiunile de sub munte (Hațeg, Secaș, Cibin și Făgăraș). În drumul său spre Valea

Oltului și a Mureșului se încălzește, topind zăpada ; umflă apele Oltului, Mureșului și ale afluenților lor și aduce primăvara mai devreme. Acest vînt este denumit de localnici „Ciobanul“ sau „Mîncătorul de zăpadă“. Uneori este foarte violent, doborînd chiar copacii.

f) **Vîntul negru** bate în Dobrogea de sud. Este un vînt fierbinte și uscat, foarte dăunător culturilor.

g) **Nemira** este cunoscut în Transilvania de răsărit mai ales în depresiunea Bîrsei. Acesta este de fapt o parte din Crivăț care pătrunde pe lîngă muntele Nemira.

h) **Brizele** sînt vînturi cu periodicitate zilnică. Ele bat pe țărmul Mării Negre. Ziua aerul răcoros al mării pătrunde peste uscatul înfierbîntat (briza de zi). Noaptea, uscatul răcindu-se mai repede, vîntul suflă spre mare. Este briza de noapte.

4. CLIMA

Datorită poziției față de principalele componente ale circulației atmosferice (mase de aer est-continentale, vest-oceanice și sud-mediteraneene), precum și complexității reliefului, clima patriei noastre este caracterizată printr-o mare varietate, astfel :

a) **Sectorul cu climă continental-moderată** cuprinde Cîmpia de vest, Piemonturile vestice și Podișul Transilvaniei. Acest sector este acoperit frecvent de mase de aer temperat — maritim și este ferit iarna, într-o oarecare măsură, de invaziile de aer rece continental, oprite în înaintarea lor de obstacolul pe care-l formează munții Carpați. Temperaturi-

le medii anuale ale acestui sector sînt : în Cîmpia de vest 9°C şi 15°C ; în Piemonturile vestice — mai moderat decît cele din Cîmpia de vest ; în Podişul Transilvaniei 7°C şi 9,5°C.

b) **Sectorul cu climă continentală** cuprinde Cîmpia Română şi Dobrogea, cu excepţia unei fîşii de pe litoral ; se află sub influenţa mai multor tipuri de mase de aer, fapt pentru care specialiştii l-au împărţit în mai multe zone.

c) **Sectorul cu climă litoral-maritimă** corespunde unei fîşii late de 15-25 km de-a lungul litoralului Mării Negre şi se caracterizează prin întîrzierea fazelor de încălzire şi de răcire a aerului şi prin variabilitatea precipitaţiilor ; amplitudinile termice ale sectorului sînt de 22°C şi 23°C.

d) **Sectorul cu climă de munte** cuprinde culmile Carpaţilor şi este supus tot timpul anului invaziilor maselor de aer temperat-maritim din vest. În cuprinsul acestui sector se pot deosebi mai multe zone :

Munţii mijlocii (Carpaţii Meridionali — 800-1 900 m şi Carpaţii Orientali — 600-1 700 m) au amplitudini termice medii anuale cuprinse între 18°C şi 20°C. Pe versantele acestora cad ploi intermitente de lungă durată. La baza masivelor şi culmilor muntoase orientate transversal faţă de direcţia de deplasare a maselor de aer umed (poalele Munţilor Apuseni, Mehedinţilor, Carpaţilor de curbură etc.) apar frecvent fenomenele de föhn (aerul uscat coboară de pe vîrful munţilor spre poalele acestora); fenomenele se produc şi în depresiunea Făgăraşului şi a Sibiului. Ca urmare a diferenţelor mari de presiune atmosferică între regiunile joase şi cele înalte se produc uneori vînturi puternice cu caracter local (caracteristice în Bucegi, Harghita, Gurghiu etc.).

Munţii înalţi (treapta de relief mai înaltă de 1 700-1 900 m) au o climă mai aspră şi mai umedă decît cea a treptei precedente, temperatura medie anuală scăzînd sub 0°C, iar amplitudinile termice medii anuale sub 10°C. Anual sînt 250-265 de zile de îngheţ, iar zăpada acoperă solul timp de 180-220 de zile pe an.

5. CEAŢA

Ceaţa se formează prin condensarea vaporilor de apă în imediata apropiere a suprafeţei terestre. Datorită faptului că scoarţa Pămîntului pierde căldura prin radiere, stratul de jos al aerului, răcindu-se, atrage după sine condensarea vaporilor sub formă de ceaţă. Ceaţa se mai formează şi în regiunile joase, mlăştinoase şi acoperite cu o vegetaţie bogată.

Deoarece cauza principală a formării ceţurilor o constituie răcirea aerului, rezultă că datorită variaţiei zilnice a temperaturii ceaţa este mai densă în orele de dimineaţă şi mai rarefiată în orele de după-amiază.

6. NORII

Norii reprezintă unul dintre cele mai interesante fenomene naturale. Norii, ca şi ceaţa, sînt formaţi din picături foarte mărunte de apă. Ei iau naştere într-un mod asemănător cu ceaţa, cu deosebire că se formează la înălţime mai mare, în atmosferă (fig. II. 3).

Aerul, încălzindu-se la suprafaţa Pămîntului, se ridică în atmosferă, se răceşte, iar vaporii se condensează, formînd norii. De obicei norii sînt alcătuiţi din picături fine de apă, amestecate cu cristale mici de gheaţă. Ei sînt purtaţi de vînturi în diferite direcţii orizontale şi verticale.

Norii sînt exponenţii stării prezente a timpului şi prevestitorii schimbărilor ulterioare ale acestuia. Ei pot fi urmăriţi de supravieţuitori, ca un indiciu local pentru cunoaşterea viitoare a timpului.

Sistemul de clasificare internaţională a norilor, adoptat de toate ţările, se bazează în prezent pe două criterii : înălţime şi aspectul lor exterior.

În cadrul acestei clasificări se disting patru categorii principale de nori : Nimbus, Stratus, Cumulus şi Cirrus.

a) Norii Nimbus

Norii Nimbus sînt cei care se formează la altitudinile joase (pînă la 700 m), groşi şi întunecoşi, cu forme neregulate ; ei prevestesc furtunile (fig. II. 4).

Norii Nimbus se mai numesc şi nori de aversă. Ei formează mase mari de nori, cu dezvoltare verticală puternică, care se înalţă sub formă de munţi sau turnuri. Aceştia sînt instabili şi dau întotdeauna precipitaţii continue sub formă de ploaie sau ninsoare.

Norii Nimbus au aspectul unei pînze dense şi uniforme, prin care nu se observă discul Soarelui şi al Lunii. Aceste pîlcuri de nori îşi schimbă forma continuu şi se deplasează haotic.

b) Norii Stratus

Norii Stratus reprezintă un strat de nori destul de dens, asemănător ceţii ; ei pot fi găsiţi la o altitudine de pînă la 2 km deasupra Pămîntului (fig. II. 5).

Procesul cel mai important care duce la formarea norilor Stratus este răcirea. Adesea norii Stratus se formează prin ridicarea ceţii, o dată cu răsăritul Soarelui.

Norii Stratus se află deasupra norilor Nimbus şi au forma unei fîşii de voal, de culoare cenuşie ; de regulă ei nu dau precipitaţii ; rareori pot da totuşi burniţă.

c) Norii Cumulus

Norii Cumulus sînt izolaţi, cu o dezvoltare pe verticală între 2-4 km. Aceştia au aspectul unor grămezi de vată, cu vîrfurile rotunjite ; uneori se îngrămădesc unii peste alţii şi au, de regulă, baza aproape plată (fig. II.6).

Norii Cumulus se formează ca urmare a mişcării şi încălzirii neregulate a maselor de aer. Deşi sînt formaţi din picături de apă, ei nu dau precipitaţii.

d) Norii Cirrus

Norii Cirrus sînt izolaţi, de culoare albă, cu aspecte de fibre, pene sau benzi lungi paralele (fig. II. 7).

Norii Cirrus se găsesc la înălţimile cele mai mari, putîndu-se ridica pînă la 8-10 km. Din cauza înălţimii ei pot fi uşor recunoscuţi, deoarece dimineaţa

sînt iluminaţi mai înainte, iar seara se pierd în întuneric mai tîrziu decît ceilalţi nori. La răsăritul şi apusul Soarelui norii Cirrus apar coloraţi în galben sau roşu.

7. UNELE INDICII DE PREVEDERE A TIMPULUI PROBABIL ÎN FUNCŢIE DE FENOMENELE METEOROLOGICE

Fenomenul meteorologic	Timpul probabil
a) După norii aflaţi la înălţimi mari (8-10 km)	
— Apariţia norilor Cirrus; ridicarea acestora la mare altitudine.	În decurs de 6-12 ore vremea se va înrăutăţi.
— Apariţia la orizont a norilor Cirrus; deplasarea acestora din direcţia vest către est.	Temperatura va scădea brusc.
— Deplasarea rapidă a norilor Cirrus în direcţii diferite.	Temperatura va fi variabilă, favorabilă averselor de ploaie.
— Norii Cirrus se deplasează în direcţia inversă a mişcării acelor ceasornicului.	Se apropie frontul atmosferic cu aer rece; de cele mai multe ori urmează grindină sau furtună.
— Norii Cirrus sînt puţin vizibili; cerul este senin.	Vreme frumoasă pentru mai multe zile.
— Deplasarea şi răsucirea norilor Cirrus în direcţia de mişcare a acelor ceasornicului.	Treptat vremea se ameliorează şi se va încălzi (vremelnic).

Fenomenul meteorologic	Timpul probabil
b) După norii aflaţi la înălţimi mijlocii (3-6 km)	
— Apariţia norilor mici şi albi sub forma unei jumătăţi de sferă.	Tendinţă de furtună.
— Apariţia norilor mici şi albi sub formă de fîşii; deplasarea lor rapidă şi îngrămădirea acestora, formînd nori mari.	Vremea se înrăutăţeşte
— Apariţia norilor sub formă de cristal şi transformarea lor în nori denşi.	Vremea se înrăutăţeşte; vor apărea precipitaţii atmosferice (ploaie, zăpadă, ceaţă).
— Prezenţa norilor sub formă de cristal, în descreştere.	Vreme frumoasă.
— Apariţia norilor sub formă de cristal. Cer albastru închis. Vînt cald din direcţia sud. Vizibilitate foarte bună.	Cerul rămîne senin; căldura devine înăbuşitoare.
— Prezenţa norilor mici şi albi, sub formă de bucle; îngrămădirea acestora şi apoi dispariţia lor în timp scurt.	Vremea se menţine frumoasă.
c) După norii aflaţi la înălţimi mici	
— Îngrămădire de nori; stratificarea acestora în plan orizontal, avînd grosimi mici.	Vremea se menţine frumoasă.

Fenomenul meteorologic	Timpul probabil
— După o noapte cu luminozitate bună dimineaţa apare ceaţa, care apoi se ridică.	Vremea rămîne staţionară.
— Îngrămădire de nori, care seara se răspîndesc.	Vremea se menţine frumoasă.
— Îngrămădire de nori după o vreme neprielnică.	Vremelnic timpul va fi frumos.
— Prezenţa ceţii şi a precipitaţiilor atmosferice sub formă de ploaie măruntă.	Vremelnic timpul va fi nefavorabil.
— Îngrămădire de nori, care într-un timp scurt se măresc ca volum şi formă.	Tendinţă locală de grindină.
— Puternică îngrămădire de nori sub formă de cupolă.	Furtuna poate să apară într-un timp scurt.
— Puternică îngrămădire de nori negri, sub formă de valuri, care se împrăştie în partea de jos a norilor existenţi.	Furtuna va izbucni în rafală, într-un timp scurt.
— Puternică îngrămădire de nori negri, sub formă de valuri, care treptat îşi schimbă culoarea în galben.	Într-un timp scurt — precipitaţii atmosferice sub formă de ploaie şi grindină.
d) **După culoarea cerului**	
— Cerul pare albastru închis; norii sînt schimbători şi purtaţi de vînt.	Vremea devine nefavorabilă; este posibilă apariţia grindinei.

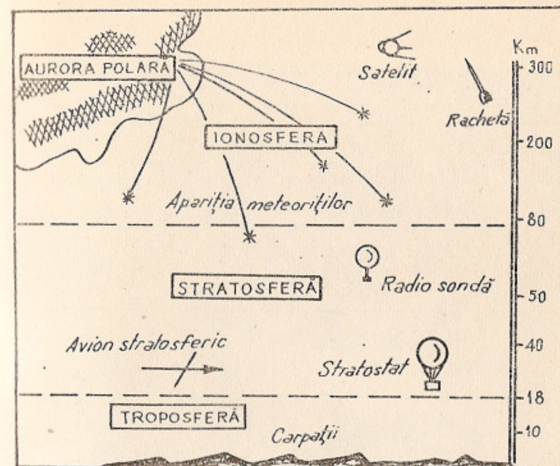


Fig. II. 1. Straturile principale ale atmosferei

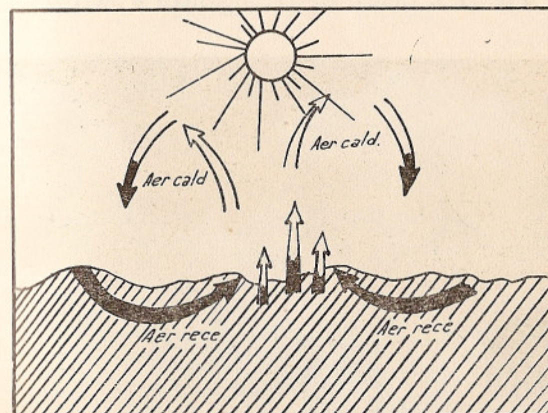


Fig. II. 2. Încălzirea aerului şi mişcarea lui

Reprezentarea grafică a norilor	Denumirea norilor
	CIRRUS
	CUMULUS
10 km	STRATUS
0,7 km 2 km 4 km	NIMBUS

Fig. II. 3. Indicii de recunoaştere a norilor



Fig. II. 5. Norii Stratus



Fig. II. 4. Norii Nimbus



Fig. II. 6. Norii Cumulus



Fig. II. 7. Norii Cirrus

Fenomenul meteorologic	Timpul probabil
— Cerul pare albastru închis, cu nori mici şi transparenţi.	Vreme staţionară.
— La sosirea serii apare pe cer o roşeaţă obositoare (galben murdar).	Încetează vremea nefavorabilă; începe un timp frumos.
— Prezenţa culorii roşiatice la răsăritul soarelui şi a unor nori izolaţi, de dimensiuni mici.	Vremea va fi frumoasă; local va ploua.

e) **După alte fenomene meteorologice**

— După o noapte călduroasă, dimineaţa se semnalează rouă sau brumă.	Vremea va fi frumoasă.
— Prezenţa ceţii care acoperă munţii şi dealurile din apropiere.	Vremea va deveni nefavorabilă într-un viitor apropiat.
— Vizibilitate foarte bună; nu se semnalează prezenţa vîntului cald şi uscat (föhn).	Vremea se va schimba brusc.
— Prezenţa în jurul Soarelui sau al Lunii a unor pături atmosferice sub formă de inele.	Vremea nefavorabilă va înceta în maximum 24 ore; va apărea timp frumos.
— Prezenţa aureolei în jurul Lunii.	Vremea frumoasă se menţine în continuare.

III

PROCEDEE DE ORIENTARE ȘI DEPLASARE ÎN TEREN NECUNOSCUT

1. UNELE PROCEDEE DE AFLARE A PUNCTELOR CARDINALE

În orice situație militarul trebuie să știe să determine punctele cardinale și locul unde se află. În condițiile supraviețuirii militarul se poate găsi în teren necunoscut, de cele mai multe ori fără busolă și hartă, fiind obligat să determine punctele cardinale cu ajutorul altor procedee, mai puțin precise decît busola (Steaua Polară, ceasul și Soarele, Luna, acoperirile din teren etc.).

Mai jos sînt explicate unele procedee de determinare a punctelor cardinale fără întrebuințarea busolei.

a) Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul Soarelui

La amiază (la orele 12.00) Soarele se află în direcția sud (fig. III.1).

Umbra detaliilor de planimetrie la ora 12.00 indică direcția nord. Determinarea direcției nord-sud cu ajutorul Soarelui se poate face nu numai la amiază, ci și la alte ore din zi. În decurs de o oră umbra se deplasează cu aproximativ 15^0. Ținînd seama de aceasta, pot fi determinate punctele cardinale (fig. III.2).

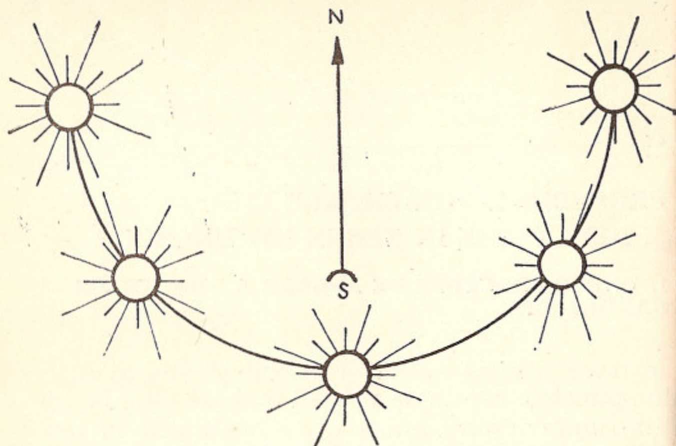


Fig. III. 1. Determinarea direcţiei nord-sud după Soare

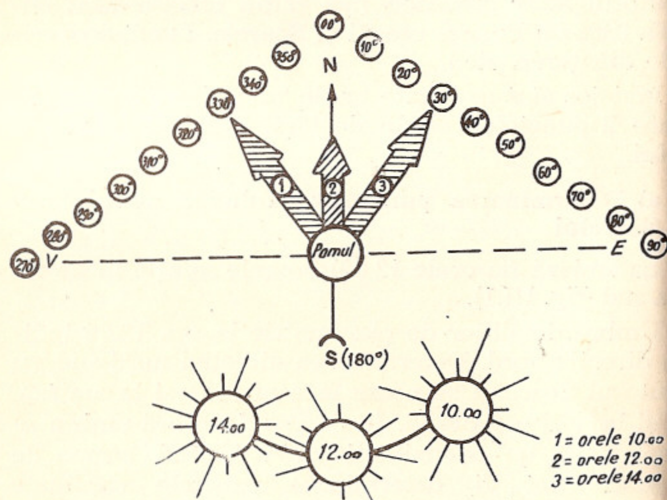


Fig. III. 2. Determinarea direcţiei nord-sud după umbra unui copac

b) Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul Soarelui şi al ceasului

Se îndreaptă spre Soare acul ceasului care indică ora şi apoi, cu ajutorul unui pai sau fir de iarbă, se împarte în două unghiul format de acest ac şi direcţia cifrei 12, astfel ca acesta să treacă prin axul cadranului şi se va obţine direcţia nord-sud (fig. III.3).

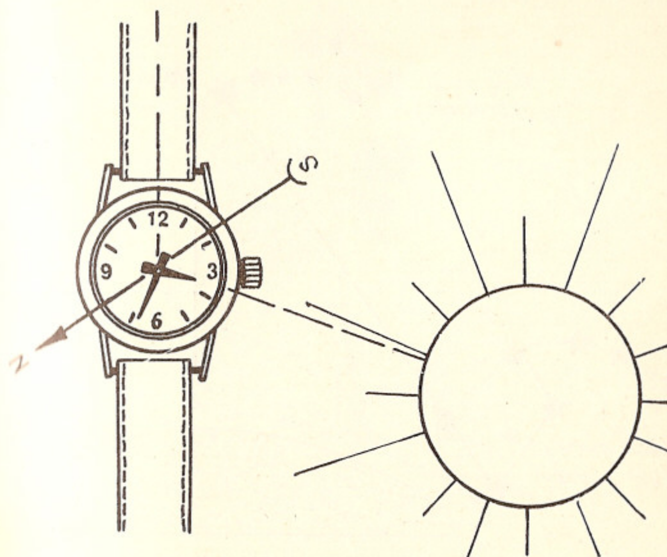


Fig. III. 3. Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul Soarelui şi al ceasului

Capătul paiului (firului de iarbă) care împarte unghiul în două va indica direcţia sud, iar capătul opus, direcţia nord.

c) **Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul Stelei Polare**

Direcţia nord-sud se poate determina în mod precis, pe timpul nopţii, cu ajutorul Stelei Polare. Pentru aceasta este necesar să fie găsită constelaţia Ursa Mare (Carul Mare), formată din 7 stele. Se prelungeşte în sus linia dreaptă care uneşte cele două

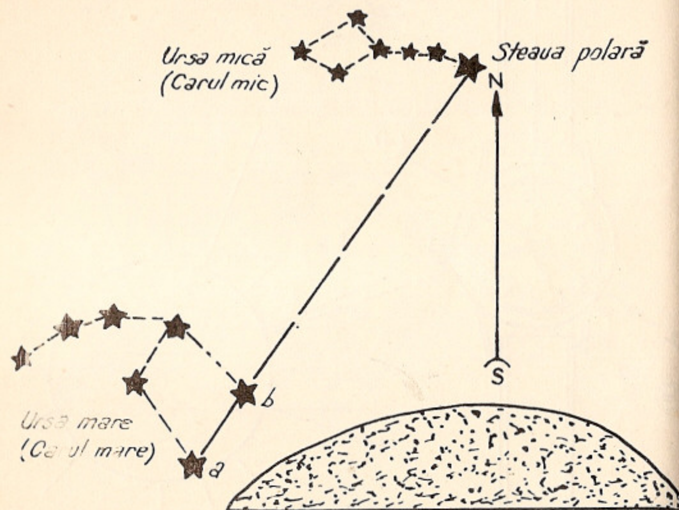


Fig. III. 4. Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul Stelei polare

stele extreme **a** şi **b** (fig. III.4) şi se măsoară pe această linie, de aproximativ 5 ori, depărtarea dintre ele. Steaua Polară se află în capătul oiştii constelaţiei Ursa Mică (Carul Mic) şi este cea mai luminoasă stea din această parte a cerului.

d) **Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul copacilor izolaţi**

Frunzele şi ramurile copacilor izolaţi, de obicei, sînt mai lungi şi mai dese în partea de sud (fig. III.5),



Fig. III. 5. Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul copacilor izolaţi

ca urmare a luminozităţii şi căldurii Soarelui. În schimb, pe partea dinspre nord acestea sînt mai rare şi mai puţin dezvoltate.

e) Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul trunchiurilor de copaci tăiați

Privind cu atenție trunchiurile copacilor tăiați (buturugilor), vom observa că inelele de creștere anuale sînt mai largi spre sud și mai înguste spre partea de nord (fig. III.6).

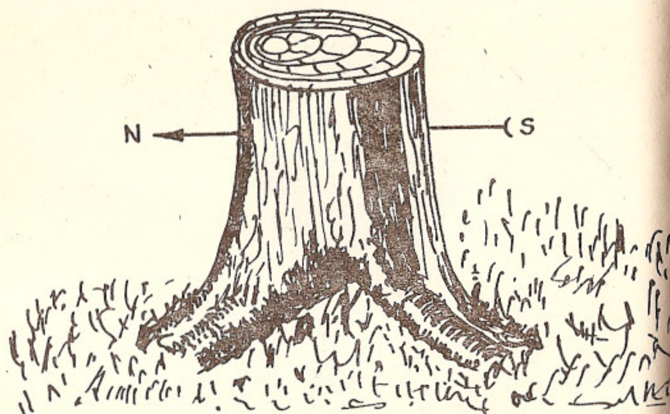


Fig. III. 6. Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul trunchiurilor copacilor tăiați

f) Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul mușchilor de pe copaci și pietre

Ca urmare a menținerii în umbră și a umezelii, pe partea dinspre nord a pietrelor și copacilor cresc adesea mușchi. Acest indiciu permite determinarea cu ușurință a punctelor cardinale, mai cu seamă în păduri (fig. III.7).

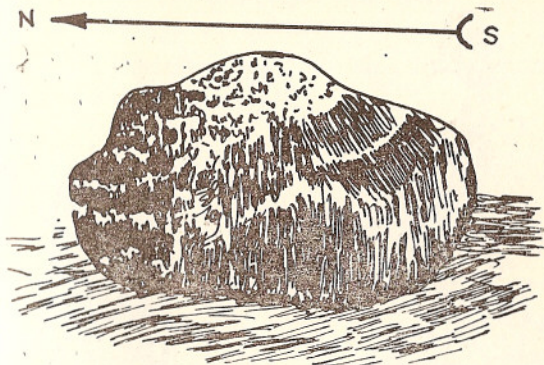


Fig. III. 7. Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul mușchilor de pe pietre

g) Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul mușuroaielor de furnici

Mușuroaiele de furnici, aproape întotdeauna, sînt așezate în partea de sud a copacilor, trunchiurilor de copaci și boschetelor (fig. III.8). Partea dinspre sud a mușuroaielor este mai întinsă, iar cea dinspre nord mai înclinată.

h) Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul mușuroaielor de cîrtițe

Mușuroaiele de cîrtițe au găurile de intrare și ieșire din pămînt orientate spre partea de nord (fig. III.9).

Pe timp de iarnă zăpada se menține un timp mai îndelungat în partea de nord a mușuroaielor și a copacilor și se topește mai repede în partea de sud a acestora.

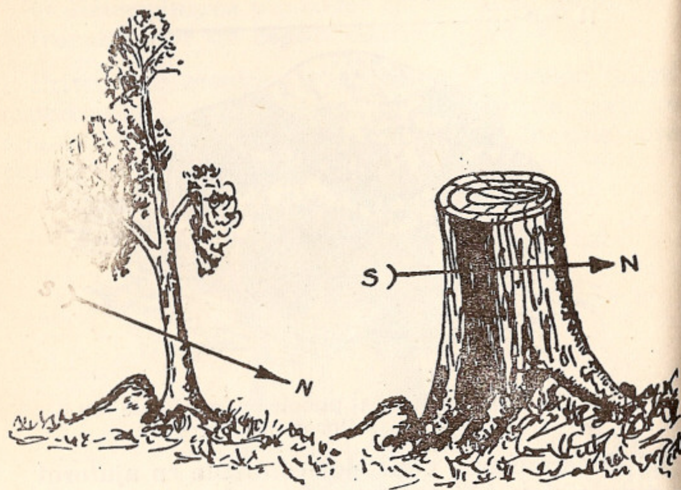


Fig. III. 8. Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul mușuroaielor de furnici

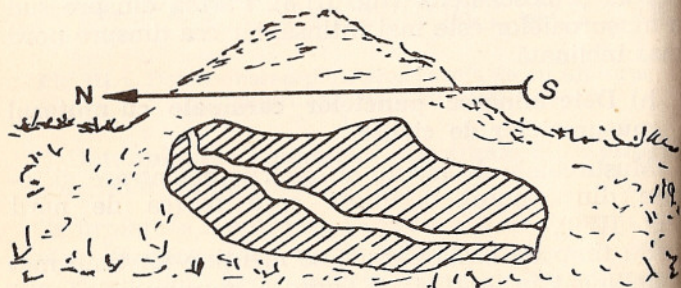


Fig. III. 9. Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul mușuroaielor de cîrtițe

i) Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul altarelor bisericilor ortodoxe

Altarele bisericilor ortodoxe sînt întotdeauna construite spre est (fig. III.10).



Fig. III. 10. Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul altarelor bisericilor ortodoxe

j) Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul crucilor de pe morminte

Crucile de pe morminte sînt așezate de regulă la capătul de vest al mormintelor (fig. III.11).

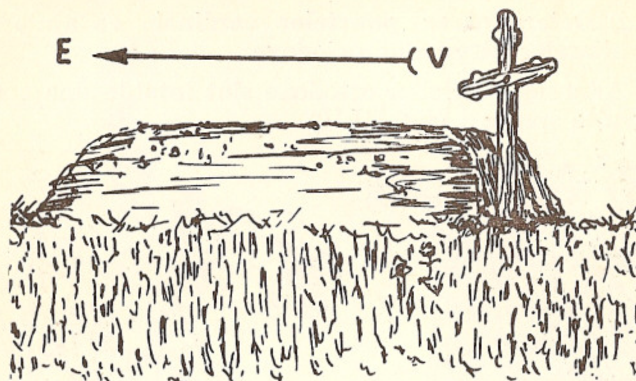
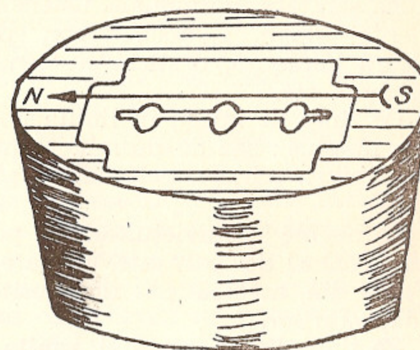


Fig. III. 11. Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul crucilor de pe morminte

k) Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul unei lame de ras

Lamele de ras construite din oţel superior au unul din capete mai puternic magnetizat. Pentru găsirea direcţiei nord cu ajutorul unei astfel de lame, aceasta va fi aşezată orizontal pe suprafaţa unei ape liniştite. Indiferent de poziţia în care aceasta va fi aşezată, vom observa că lama se va roti pe apă pînă ce capătul mai puternic magnetizat se va opri într-o anumită direcţie, aceasta fiind direcţia nord. Pentru a avea certitudine că întradevăr aceasta este direcţia nord, operaţiunea de aşezare sau de rotire a lamei pe apă se va repeta de mai multe ori (fig. III.12).

Fig. III. 12. Determinarea punctelor cardinale cu ajutorul unei lame de ras



2. CÎTEVA PROBLEME LEGATE DE DEPLASAREA ÎN TEREN NECUNOSCUT

Vor fi dese cazurile cînd supravieţuitorul va fi obligat să se deplaseze în terenuri necunoscute. În acest scop, chiar înainte de începerea deplasării, supravieţuitorul va trebui să-şi schiţeze un plan al deplasării şi să facă o pregătire temeinică. Pentru ca deplasarea să o poată executa în bune condiţii şi fără prea mare efort, el nu va trebui să ia asupra sa prea multe materiale ; o raniţă în care să fie introduse alimente şi materiale în greutate de 10—15 kg este suficientă, în afară de cazul cînd situaţia impune ca supravieţuitorul să fie asigurat pentru o perioadă îndelungată.

Materialele strict necesare care trebuie să se găsească — pe cît posibil — asupra supravieţuitorului sînt : armament individual, muniţie, busolă, hărţi, carnet şi creion, lanternă, ceas, lenjerie de schimb,

trusă sanitară individuală, ustensile de bărbierit, alimente, bidon, gamelă, topor, pumnal, sîrmă sau sfoară împletită, o sticlă cu benzină, chibrituri sau brichetă etc.

Pe timp de iarnă, în limita posibilităţilor, se vor lua în plus : sac de dormit, mănuşi groase, bocanci de schiuri, schiuri, pelerină cu glugă şi ochelari de soare.

La nevoie supravieţuitorii îşi pot improviza raniţe din voaluri de paraşute, prelate, huse, bluze etc. Unele din acestea pot fi folosite şi la construirea adăposturilor.

Pe timpul transportului, raniţa trebuie astfel aşezată, încît să stea fixă pe spate, iar centrul de greutate să fie cît mai sus, pentru a nu-l deranja pe timpul deplasării.

În funcţie de situaţie şi de mijloacele existente, supravieţuitorul poate executa deplasarea pe jos, călare, cu trenul şi cu autovehiculul.

a) **Deplasarea pe jos.** Pentru ca supravieţuitorul să poată executa deplasări lungi cu uşurinţă şi fără a-i produce rosături la picioare, trebuie să dispună de încălţăminte corespunzătoare pentru orice teren şi în orice condiţii de timp. Atunci cînd execută deplasarea pe teritoriul propriu, el poate să lase semne vizibile pe itinerarul de deplasare, pentru a se putea orienta în caz de rătăcire. Armamentul trebuie purtat astfel, încît la nevoie să poată fi întrebuinţat în timpul cel mai scurt.

Supravieţuitorul trebuie : să aleagă întotdeauna drumul cel mai uşor şi mai sigur, chiar dacă este mai lung ; să-şi menajeze forţele, ocolind obstacolele şi porţiunile greu de trecut ; să nu urce în linie dreaptă

pantele abrupte, ci în serpentină, pentru a economisi energia ; să ocolească viroagele şi rîpele adînci ; să nu treacă prin mlaştini sau terenuri mocirloase, atunci cînd ele pot fi ocolite ; să meargă încet, cu pas constant ; să alterneze timpul de marş cu cel de odihnă, iar popasurile să fie mai dese cînd are de străbătut o distanţă mare.

În situaţia cînd se deplasează împreună mai mulţi supravieţuitori este necesar ca viteza deplasării să fie fixată în funcţie de ritmul de marş al persoanei care merge cel mai încet. Pe timpul deplasării în coloană este indicat ca distanţa între oameni să fie mai mare (2-3 m), astfel ca fiecare să poată observa itinerarul pe care se deplasează.

Pentru a se ajunge cu precizie la locul dinainte stabilit se recomandă următoarele : deplasarea să se execute din punct în punct de staţie ; la plecarea din fiecare punct să se aleagă două repere vizibile (unul aproape de punctul de plecare şi următorul la primul punct de ajungere) ; la ajungerea în primul punct de staţie se va alege al treilea reper, pe aceeaşi direcţie ; acest procedeu se va repeta pe tot timpul deplasării ; în caz de rătăcire supravieţuitorul trebuie să-şi păstreze calmul, să-şi amintească de unde s-a abătut de la itinerarul fixat, să se întoarcă înapoi pînă în locul respectiv şi să reia deplasarea ; pe timpul odihnei va rămîne cu faţa în direcţia de mers sau va face un semn fie din pietre sau crengi, fie din zgîrieturi pe pămînt (zăpadă), în direcţia de mers ; se vor alege ca itinerare de deplasare potecile făcute de oameni şi animale ; rîurile vor fi trecute pe plute sau pe alte mijloace improvizate ; în ţinuturile deluroase sau muntoase deplasarea se va exe-

cuta pe creste, unde vegetația este mai puțin densă și pe care, de regulă, se găsesc poteci ; în caz de furtună sau ceață deplasarea încetează pînă se îmbunătățește vizibilitatea, folosindu-se adăposturile existente, care sînt ferite de observarea militarilor inamici sau a populației din zonă; adăpostirea pentru odihna pe timp de noapte se va amenaja înainte de căderea întunericului, astfel încît aceasta să fie terminată pînă la lăsarea nopții ; pe timpul odihnei se vor despacheta din raniță numai lucrurile strict necesare.

Pe timpul traversării cursurilor de apă se recomandă următoarele : să fie cercetat cu atenție cursul de apă înainte de traversare, pentru a se evita cazurile de accidentare (înec) ; să se stabilească modul de traversare și mijloacele ce pot fi folosite în acest scop ; pentru a preveni cazurile de înec primul supraviețuitor care traversează cursul de apă va fi legat cu o funie pentru a putea fi salvat în caz de nevoie ; după ce primul supraviețuitor a ajuns pe malul opus funia se va lega de un obiect solid, pentru a putea fi folosită și de restul militarilor pe timpul traversării cursului de apă.

La traversarea mlaștinilor și terenurilor mocirloase este indicat să se calce pe rădăcini și pe smocuri de iarbă, pentru a se evita locurile nesigure.

Orice deplasare pe timp de iarnă este mai dificilă decît în celelalte anotimpuri ale anului. De aceea se vor evita deplasările pe viscol, pe vînt foarte rece sau cînd vizibilitatea este redusă.

Iarna rîurile înghețate permit o bună deplasare în lungul lor, cu condiția ca să fie ocolite locurile unde

gheața este subțire sau malurile încărcate de zăpadă și expuse prăbușirii.

În situația cînd cerul este înnorat, cînd solul este acoperit cu zăpadă, iar în teren lipsesc reperele de orientare, se recomandă să nu se execute deplasări, deoarece nu există siguranța deplină că se va ajunge în locul dorit.

Primăvara este recomandabil ca deplasarea să se execute începînd de la miezul nopții pînă spre amiază, pentru a se evita înfruntarea pîraielor ce se formează prin topirea zăpezii.

Deplasarea pe timp călduros va începe numai după ce s-a asigurat rezerva de apă necesară pînă la punctul de destinație. În unele situații, pentru a se putea lua o rezervă de apă suficientă va trebui să se renunțe la unele obiecte de mai mică utilitate sau chiar la o parte din hrană.

Pe timpul deplasării în teren muntos împădurit se vor evita cățărările peste bușteni sau peste alte obiecte și se vor alege de regulă potecile existente în lungul cursurilor de apă, care duc de cele mai multe ori spre puncte populate. La răscrucile de drumuri, deplasarea pe timp de noapte se va continua paralel și cît mai aproape de comunicația cea mai circulată.

Deplasarea pe jos se va face prin alternarea marșului cu odihna : marșul va fi lent, apa se va servi în mod regulat, iar odihna va începe înainte ca oboseala să fie prea mare. Deplasarea se va executa cu prudență, fără zgomot și, pe cît posibil, fără a lăsa urme ; cînd acest lucru nu este posibil urmele vor fi șterse cu ajutorul unor ramuri.

b) **Deplasarea se mai poate face și călare,** pe cai, pe măgari sau catîri. În astfel de cazuri depărtarea între punctele de oprire va fi aleasă în funcție de nevoile de hrană și de odihnă ale animalelor. Deplasarea călare se va face numai dacă condițiile concrete permit acest lucru și dacă distanța de parcurs necesită o economisire mare de energie.

c) **Deplasarea pe cale ferată** se recomandă să se facă cu multă prudență, folosindu-se în special trenurile de mărfuri.

În trenurile de călători supraviețuitorul se va putea deplasa îndeosebi atunci cînd se găsește pe teritoriul țării sale. În această situație este indicat să-și procure documentele de transport necesare și prin comportare, limbă și accent să nu se deosebească de ceilalți călători și să evite controlul poliției.

Deplasarea pe autovehicule este indicat să se facă numai în cazuri deosebite, deoarece aceasta presupune : cunoașterea situației locale din țara unde se acționează (limba, felul de viață etc.) ; procurarea autovehiculului și a documentelor de transport ; evitarea punctelor de control etc. Totuși acest procedeu de deplasare a fost folosit de mulți supraviețuitori și va fi, probabil, utilizat și în viitor.

3. MASCAREA ȘI SIGURANȚA DEPLASĂRII

Deplasarea mascată și în deplină siguranță este una din condițiile principale pentru ajungerea supraviețuitorului la locul de destinație. În acest scop se recomandă ca pe timpul deplasării să se evite locurile care păstrează urmele, cum ar fi : solul cu vegetație densă, pămînturile lucrate, zonele nisipoase, pădurile puțin frecventate, terenurile mlăștinoase, culturile tinere cu tulpini fragile care se rup și se culcă pe timpul deplasării prin ele etc.

Traseele cele mai indicate sînt cele care străbat zonele pietruite și împădurite, porțiunile unde nu crește iarba și cele cu drumuri puțin frecventate. În aceste cazuri trebuie avut în vedere ca mișcările executate pe timpul deplasării să nu producă zgomote care să demaște prezența supraviețuitorului în aceste locuri.

În cazul cînd traversarea unei zone cu nisip, cu praf sau zăpadă nu poate fi evitată se vor lua măsuri de ștergere a urmelor lăsate, prin măturare cu ramuri sau alte obiecte.

Locurile de odihnă în care se va face focul se vor alege de regulă cît mai departe de locurile circulate sau populate, iar focul va fi mascat în așa fel, încît să nu poată fi descoperit după fum sau flăcări.

Înainte de părăsirea locurilor de odihnă, supraviețuitorii vor lua toate măsurile ca să nu rămînă nici un fel de indicii care să le demaște prezența. În acest scop se vor masca toate elementele adăposturilor sau adăpostirilor, inclusiv vetrele focurilor și resturile de mîncare.

În vederea anihilării acțiunii cîinilor de urmărire este indicat ca, imediat după părăsirea locului de staționare, deplasarea să se facă (pe cît posibil) prin apă sau pe terenuri stîncoase care nu rețin mirosul specific al omului. În situația că se dispune de unele produse, ca piper sau terebentină, ele se vor folosi în tampoane legate pe talpa încălțămintei, pentru a neutraliza simțul olfactiv al animalului.

Pentru a se evita întîlnirea cu inamicul sau cu populația din zonă, deplasările se vor face de obicei noaptea sau în condiții de vizibilitate redusă (amurg, timp nefavorabil), evitînd pe cît posibil drumurile, punctele obligate de trecere și localitățile.

În caz de întîlnire prin surprindere cu inamicul sau cu persoane civile, supraviețuitorul își va păstra calmul și, în funcție de situație, va căuta că continue deplasarea, comportîndu-se cît mai obișnuit posibil. Pentru înșelarea inamicului — în cazul cunoașterii limbii acestuia —, supraviețuitorul își va pregăti din timp răspunsurile sau întrebările, în diferite variante. În orice caz se vor evita, pe cît posibil, fuga (care constituie o dovadă a vinovăției), focul și suprimarea (care constituie un indiciu că prin locul respectiv au trecut persoane suspecte).

IV

REFUGIUL ȘI ADĂPOSTIREA

Refugiul și adăpostirea sînt locuri care, prin natura lor, oferă supraviețuitorului posibilități bune de protecție atît împotriva frigului, ploii, zăpezii etc., cît și pentru ascunderea lui de urmăritori. Ele se folosesc de supraviețuitor pe timpul staționării. Refugiul se folosește, de regulă, în condițiile în care a fost găsit (cu mici amenajări), iar adăpostirea se improvizează de către supraviețuitor.

În orice situații și condiții de teren sau anotimp, supraviețuitorul trebuie să caute un refugiu (peșteră, cavernă sau grotă, scobitură naturală în stîncă sau în mal, scorbură în copac etc.) sau să improvizeze o adăpostire (cort, colibă, nișă în pămînt, nișă în zăpadă, iglu, colibă și casă de zăpadă etc.). Adăpostirea poate fi improvizată și din unele părți ale tehnicii de luptă, ale mijloacelor de transport, din echipament, mijloace de salvare și alte materiale rămase pe teritoriul unde s-au dus acțiuni de luptă.

Acțiunea de improvizare și tipul adăpostirii se stabilesc în funcție de destinație și de posibilitățile oferite de mijloacele la îndemînă (pentru protejare împotriva ploii, frigului, căldurii, soarelui sau insec-

telor), de durata folosirii adăpostirii (pentru o singură noapte sau pentru mai multe zile și nopți).

Locul pentru amenajarea adăpostirii trebuie să îndeplinească următoarele condiții :

— să fie în apropierea unei surse de apă, împrejurimile să ofere surse de hrănire și combustibil, iar terenul să fie uscat și ferit de pericolul avalanșelor sau al rostogolirilor de zăpadă și stînci ;

— să nu fie în păduri dense și umede, unde nu pătrund razele solare sau în locuri mlăștinoase, cu țînțari ;

— să nu fie sub copaci sau crengi putrede, care pot distruge adăpostirea sau pot răni pe supraviețuitor ;

— să permită o bună observare circulară și să aibă una sau două căi ascunse de acces spre adăpostire ;

— să fie ferit de vînt și de zăpada viscolită ;

— să fie cît mai departe de locurile frecventate de militarii inamici și de populația civilă.

Cu toate acestea, pot fi și cazuri cînd supraviețuitorul va fi obligat, de unele situații, să-și improvizeze adăpostirea în locuri greu accesibile (tufișuri și mărăcini, terenuri stîncoase, mlaștini întinse etc.) și să le mascheze cu materiale din zonă.

Pentru a ilustra mai concret varietatea de adăpostiri ce pot fi improvizate în diferite condiții de teren și anotimp, în cele ce urmează se prezintă unele materiale, metode și procedee de amenajare a acestora.

1. TIPURI DE CORTURI

Cortul este o adăpostire simplă și ușor de realizat dacă se dispune de foi de cort, prelate, parașute sau alte materiale textile.

După destinație și după formă, corturile pot fi clasificate astfel :

a) **Cortul în trei colțuri, pentru o persoană** (fig. IV.1) se construiește astfel: dintr-o prelată sau voalură de parașută se taie mărimea necesară pentru acoperirea cortului, plus o bucată care să servească drept perdea pentru acoperirea intrării în cort. Pe timp răcoros se poate face focul în fața cortului, astfel încît căldura să poată pătrunde în interior. Prelata sau voalura parașutei poate fi folosită

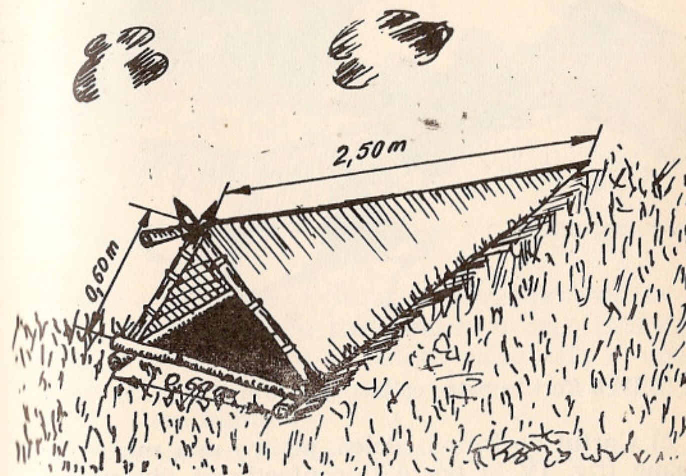


Fig. IV. 1. Cort în trei colțuri, pentru o persoană

și pentru amenajarea culcușului. La construirea cortului se va avea în vedere ca intrarea să nu fie orientată spre direcția din care bate vîntul.

b) **Cortul în patru colțuri, pentru mai multe persoane** (fig. IV.2) se construiește, în principiu, după regulile arătate pentru cortul în trei colțuri. Cînd se dispune de cele necesare, acest tip de cort se construiește din foile de cort existente în înzestrarea supraviețuitorilor.

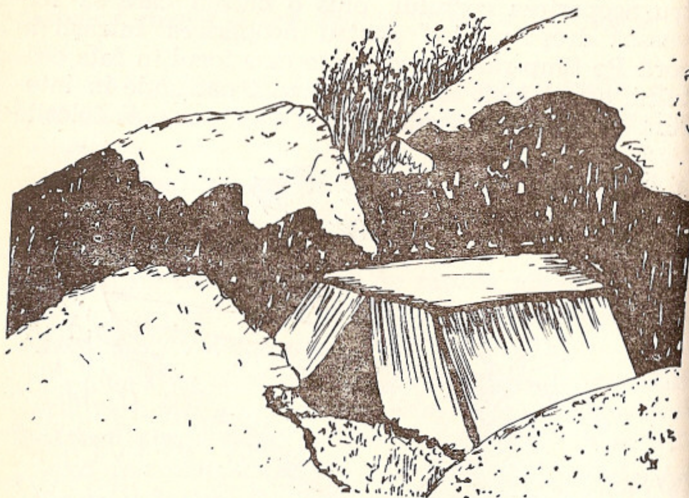


Fig. IV. 2. Cort în patru colțuri, pentru mai multe persoane

c) **Cortul de formă conică, pentru mai multe persoane** (fig. IV. 3) poate fi confecționat din voalura parașutei sau din alte materiale textile. În interiorul acestuia se poate face focul, cu condiția ca în partea superioară, cortul să fie prevăzut cu un orificiu pentru ieșirea fumului.

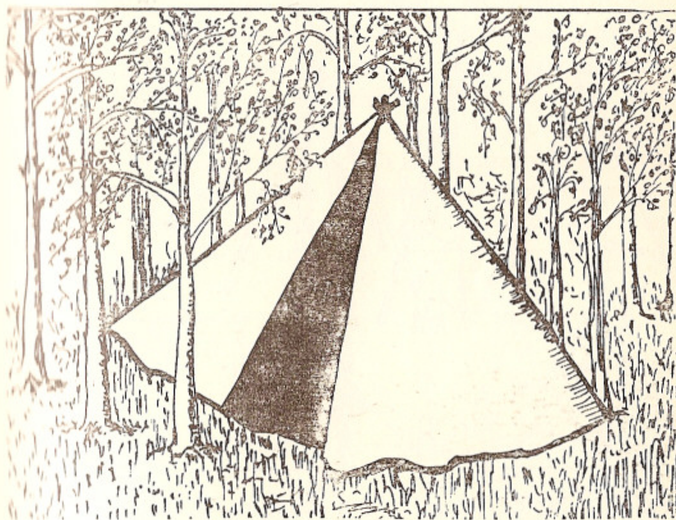


Fig. IV. 3. Cort de formă conică, pentru mai multe persoane

Pentru construirea cortului se poate proceda astfel : se taie suspantele parașutei la o depărtare de 60 cm de partea de jos a voalurii parașutei ; în una din laturile voalurii parașutei se creează un orificiu pentru ieșirea fumului.

Construirea cortului va începe prin legarea împreună a stîlpilor la partea superioară și apoi prin fixarea lor pe sol, sub formă circulară.

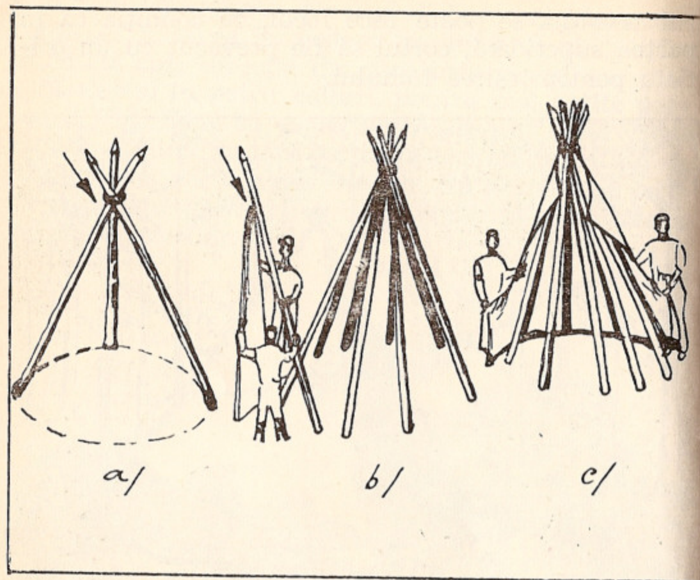


Fig. IV. 4. Modul de așezare a stîlpilor de susținere pentru corturile (colibelor) de formă conică

Lungimea stîlpilor de susținere va fi în funcție de mărimea voalurii parașutei. Depărtarea lor pe sol (sub formă circulară) va depinde, de asemenea, de mărimea materialului cu care se acoperă cortul și de numărul persoanelor care se vor adăposti.

Pentru a ușura manevrarea voalurii parașutei pe timpul construirii cortului, unul dintre panourile acesteia va fi tăiat de la bază pînă la vîrf. Această tăietură va constitui și ușa de intrare în cort.

În interiorul cortului se amenajează culcușul, din ramuri de brad sau frunze uscate, lăsînd loc și pentru vatra focului (dacă este cazul).

d) **Hamacul improvizat.** Cînd supraviețuitorul este nevoit să staționeze timp mai îndelungat într-un teren mlăștinos sau umed, dar în care există și copaci, se recomandă pentru odihnă, în loc de cort sau colibă, să fie folosit hamacul (fig. IV.5). Pe lîngă faptul că hamacul îl protejează de umezeală, el prezintă avantajul că apără supraviețuitorul și împotriva unor animale sălbatice. Pentru improvizarea unui hamac poate fi utilizat orice material textil



Fig. IV. 5. Hamac improvizat din voalura parașutei

care rezistă la greutatea supraviețuitorului (voalură de parașută, prelată etc.).

Hamacul din voalura unei parașute se construiește astfel: între 3-4 copaci, dispuși la o anumită distanță unul de altul, se întinde voalura parașutei în așa fel, încît vîrful acesteia să fie îndreptat, pe cît posibil, în direcția din care bate vîntul, după care se leagă de un copac la înălțimea de aproximativ 3 m; suspantele de la baza voalurii se împart și se leagă de ceilalți copaci la aceeași înălțime, astfel încît să se asigure un culcuș corespunzător.

e) **Cortul improvizat din trunchiuri de copaci tineri legați între ei și acoperit cu material impermeabil** poate fi construit într-un timp scurt, dacă



Fig. IV. 6 a și b. Cort improvizat din trunchiuri de copaci tineri legați între ei și acoperit cu material impermeabil

se găsesc copaci mici și tineri în locul de staționare și dacă se dispune de material impermeabil (fig. IV.6).

După alegerea locului pentru cort se curăță ramurile copacilor, se îndoaie cu vîrfurile unul spre celălalt și se leagă cu sfoară (sîrmă) doi cîte doi, sub formă de boltă (fig. IV.6 a). Peste scheletul rezultat se așază materialul impermeabil avut la dispoziție (fig. IV.6 b).

2. NIȘĂ ÎN PĂMÎNT

Nișa în pămînt este un intrînd (firidă) amenajat în peretele unui mal sau al unei tranșee, în scopul adăpostirii la nevoie a supraviețuitorului și a materialelor aflate asupra lui (fig. IV.7).

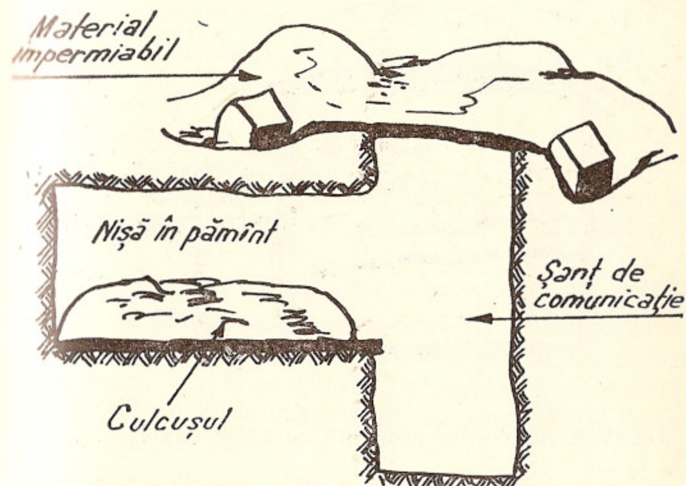


Fig. IV. 7. Nișă în pămînt

Dimensiunile nişei vor fi în funcţie de numărul supravieţuitorilor şi de volumul materialelor ce trebuie adăpostite.

Dacă pămîntul este sfărîmicios şi se surpă, nişa va fi consolidată cu material lemnos, procurat din zonă.

Uneori supravieţuitorul poate să-şi amenajeze adăpostiri în diferite gropi sau şanţuri de comunicaţie, pe care să le acopere cu foi de cort sau cu alte materiale existente în zonă : bîrne, crengi, paie, fîn, frunziş şi pămînt (fig. IV.8).

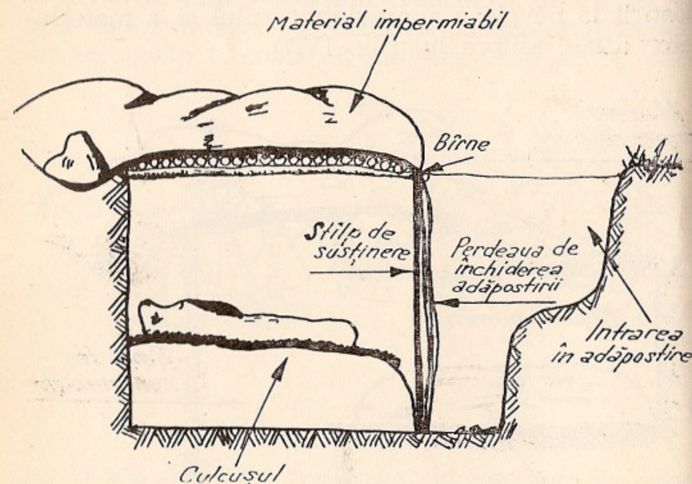


Fig. IV. 8. Adăpostire acoperită cu bîrne şi foi de cort

Asemenea adăpostiri pot fi amenajate îndeosebi în teren deschis, prin săparea unei gropi şi prin aco-

perirea ei cu material impermeabil sau lemnos şi pămînt. Marginile superioare ale gropii constituie puncte de sprijin pentru acoperişul adăpostirii. Uşa de la intrare se acoperă cu o parte din voalura paraşutei, a foii de cort sau cu alte materile avute la îndemînă.

3. TIPURI DE COLIBE

Coliba este o adăpostire construită la suprafaţa pămîntului din bîrne, crengi sau din alte materiale existente în zonă şi acoperită cu paie, fîn, ramuri, coceni de porumb etc. În colibă se poate dormi, mînca şi prepara hrana.

După materialele din care se construiesc şi după formă, colibele pot fi de mai multe feluri :

a) **Colibă amenajată din plăci**

Este o adăpostire uşor de realizat, atunci cînd se dispune de diferite plăci sau eventual lespezi de piatră (fig. IV.9).

La amenajarea adăpostirii trebuie să se aibă în vedere ca plăcile să fie aşezate oblic, cu un capăt în locaşul executat în pămînt. Capetele de la partea superioară vor fi sprijinite pe plăci asemănătoare, astfel încît locul de împreunare să constituie şi punctul de sprijin superior al adăpostirii.

Dacă marginile plăcilor nu au o formă regulată, golurile dintre plăci vor fi umplute cu materiale din

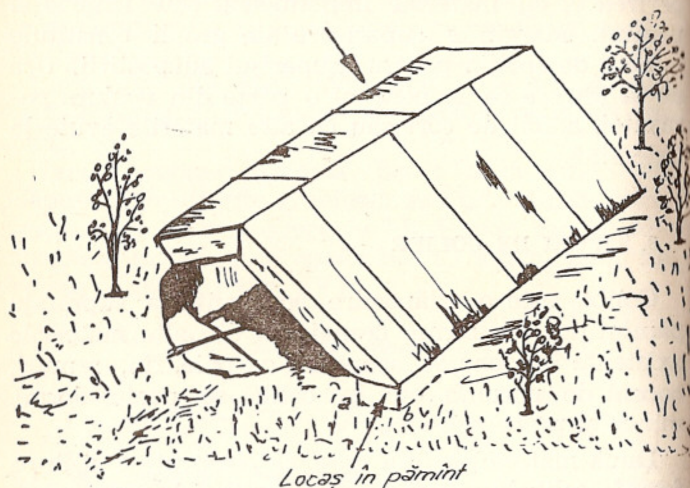


Fig. IV. 9. Colibă amenajată din plăci

zonă (frunze, scoarţă de copaci, muşchi, iarbă, pămînt etc.).

b) **Colibă amenajată cu materiale din zonă aşezate în formă de „A"**

Din lipsă de alte mijloace se poate amenaja o adăpostire din gard de nuiele sau din alte materiale existente în zonă, care, unite la partea superioară, constituie acoperişul colibei în formă de „A" (fig. IV.10).

Peste colibă se aşază un strat gros de frunziş, iarbă, pămînt etc., urmărind, totodată, să se asigure, pe cît posibil, şi o mascare corespunzătoare mediului



Fig. IV. 10. Colibă amenajată din nuiele împletite

înconjurător. Acest acoperiş, construit cu grijă, poate proteja pe supravieţuitori o perioadă îndelungată. Cînd se staţionează în păduri de conifere, pot fi construite, cu multă uşurinţă, colibe din cetină de brad.

Coliba în formă conică poate fi construită cu sau fără stîlp de susţinere (fig. IV.11 a, b). Ca stîlp de susţinere, uneori, poate fi folosit şi un copac, fără ca acesta să fie tăiat.

Pe timp de iarnă coliba poate fi acoperită cu zăpadă, atît în scop de protecţie, cît şi de mascare.

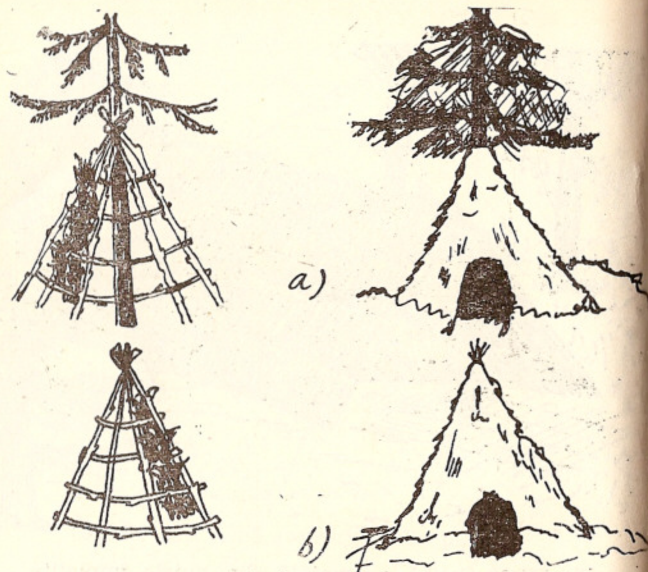


Fig. IV. 11. Colibă de formă conică acoperită cu cetină de brad

c) **Colibă conică, construită din panouri de cetină de brad**

Construirea colibei conice începe cu scheletul și cu panourile pentru acoperire. Scheletul este asemănător cu cel prezentat în figura IV.4, iar panourile de acoperire se confecționează după modelul din figura IV.12.

Pentru acoperirea colibei conice panourile se așază începînd de la bază și terminînd în vîrf, ur-

mărind să se realizeze o suprapunere de 30-40% (după modelul șindrilei), pentru a asigura scurgerea apei.

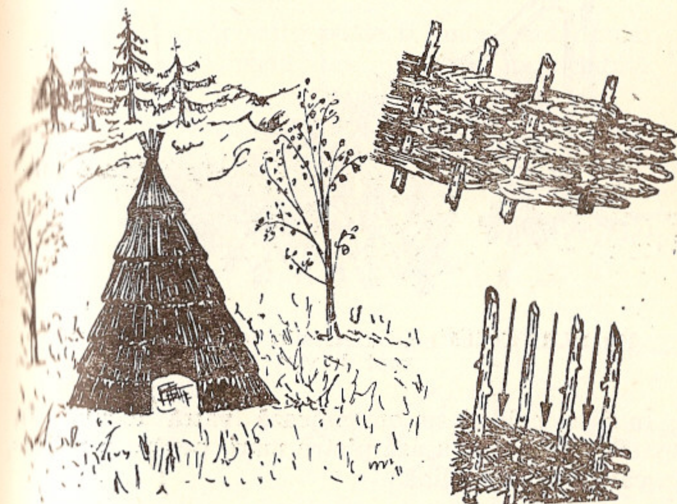


Fig. IV. 12. Colibă conică, construită din panouri de cetină de brad

d) **Colibă amenajată sub ramurile unui copac rupt de vînt**

Copacii care sînt rupți de vînt și au coroana dezvoltată pot fi folosiți în bune condiții pentru amenajarea unor astfel de adăpostiri (fig. IV.13).

Pentru a opri pătrunderea apei, coliba poate fi căptușită prin interior sau acoperită pe deasupra, fie

cu foi de cort, prelate sau voaluri de parașute, fie c
iarbă, împletituri de crengi etc.

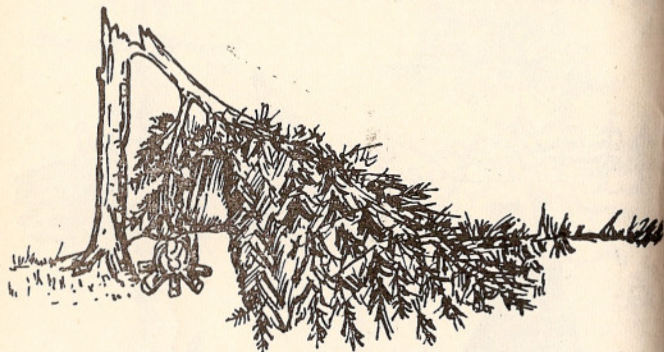


Fig. IV. 13. Colibă amenajată sub coroana unui brad rupt de vînt

În fața colibei se amenajează vatra focului. În spatele focului se așază pietre mari, pentru a reflecta căldura spre colibă.

4. ADĂPOSTIRI PE TIMP DE IARNĂ

Pentru a putea supraviețui în condițiile iernii orice militar aflat în această situație va trebui să-și amenajeze o adăpostire corespunzătoare, care să-l protejeze împotriva vîntului și frigului.

În iernile cu zăpadă abundentă adăpostirile cele mai indicate și totodată ușor de construit sînt cele din zăpadă. Pe lîngă faptul că se găsește la îndemînă în orice loc, zăpada este și un bun izolator împotriva intemperiilor.

În cele ce urmează sînt prezentate unele tipuri de adăpostiri din zăpadă.

a) **Nișă sub zăpadă**

Această adăpostire poate fi amenajată numai cînd stratul de zăpadă are grosime apreciabilă (de 2-3 m).

Cînd se preconizează să se staționeze mai mult timp în același loc, în interiorul nișei se pot amenaja atît culcușul, cît și locul pentru mijloacele de încălzire (fig. IV.14).

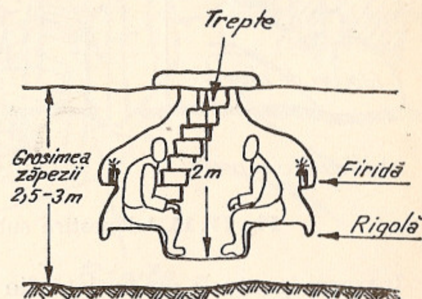


Fig. IV. 14. Nișă sub zăpadă (vizuină)

Nișa trebuie prevăzută cu un orificiu pentru aerisire și cu trepte pentru intrare și ieșire. La partea superioară, nișa trebuie acoperită cu blocuri de zăpadă sau de gheață. Pentru etanșeitate se recomandă ca intrarea în nișă să fie acoperită cu mijloace impermeabile și bine mascate.

Adăpostirile sub zăpadă pot fi construite cu multă ușurință în pante sau contrapante, unde zăpada este

adunată în cantități mari (fig. IV. 15). Intrarea se poate face printr-un șant săpat în zăpadă. Adîncimea șanțului trebuie să fie mai mică decît a nișei, pentru a interzice pătrunderea aerului rece.

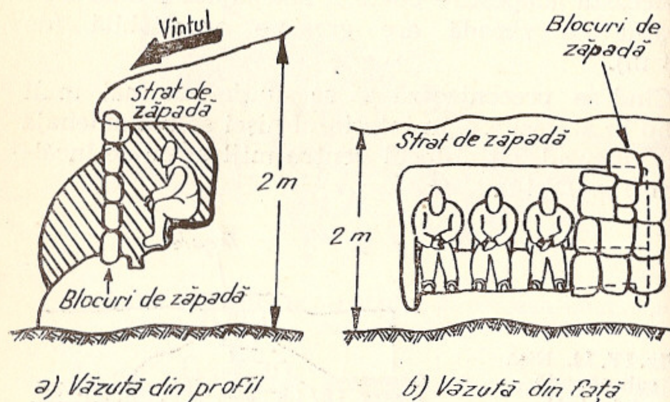


Fig. IV. 15. Adăpostire sub zăpadă

Intrarea poate fi amenajată fie prin față, fie printr-una din părțile laterale ale adăpostirii. Pentru protecția supraviețuitorilor împotriva vîntului și a frigului, partea din față a adăpostirii se închide cu blocuri de zăpadă. Interiorul se amenajează în funcție de numărul persoanelor și de nevoi.

b) **Corturi amenajate în zăpadă**

Cînd se dispune de foi de cort, prelate, voaluri de parașute etc. pot fi amenajate corturi, care apoi să fie acoperite cu blocuri de gheață sau de zăpadă.

Construirea acestora este, în general, asemănătoare cu a celorlalte tipuri de corturi, cu deosebirea că înainte de a începe să se clădească blocurile de zăpadă, materialul impermeabil de la bază va fi îndoit în interiorul adăpostirii (fig. IV.16).

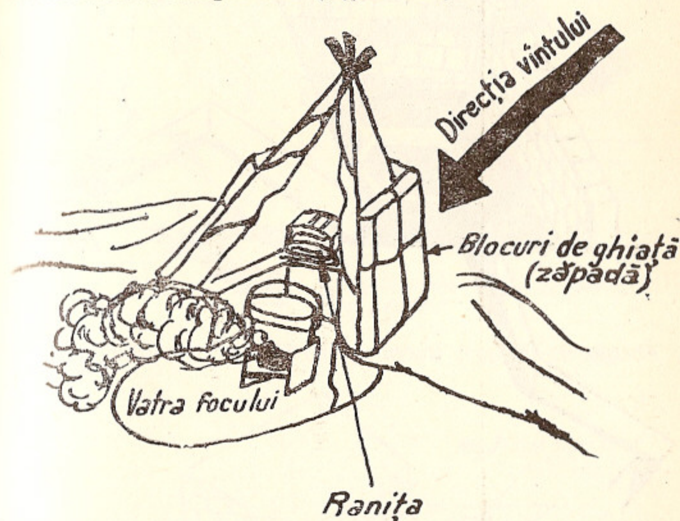


Fig. IV. 16. Cort din material impermeabil, acoperit cu blocuri de zăpadă

Cînd stratul de zăpadă are o grosime între 2-3 m și acoperă o mare suprafață de teren pot fi amenajate corturi în locașurile care rezultă din dislocarea zăpezii. Dacă zăpada este afînată și nu permite ca pereții să-și păstreze forma, aceștia pot fi întăriți cu blocuri din gheață sau cu zăpadă udă, sub formă de zid (fig. IV. 17).

Pentru observare și siguranță aceste adăpostiri pot fi prevăzute cu șanțuri de comunicație și cu locașuri de tragere.

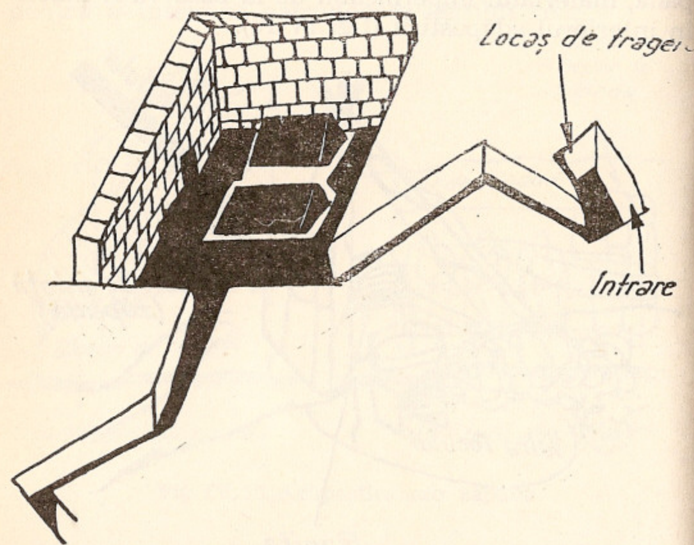


Fig. IV. 17. Cort amenajat în zăpadă cu zid protector

c) Colibă în zăpadă

În terenuri muntoase, ca urmare a existenței unui strat mai gros de zăpadă (pe văi, viroage, pante etc.) și a materialului lemnos, adăpostirile se amenajează mult mai ușor (fig. IV.18).

Uneori adăpostirile din zăpadă pot să ia chiar forma unei case. Spre deosebire de alte adăpostiri, casa de zăpadă este mai încăpătoare, se construiește

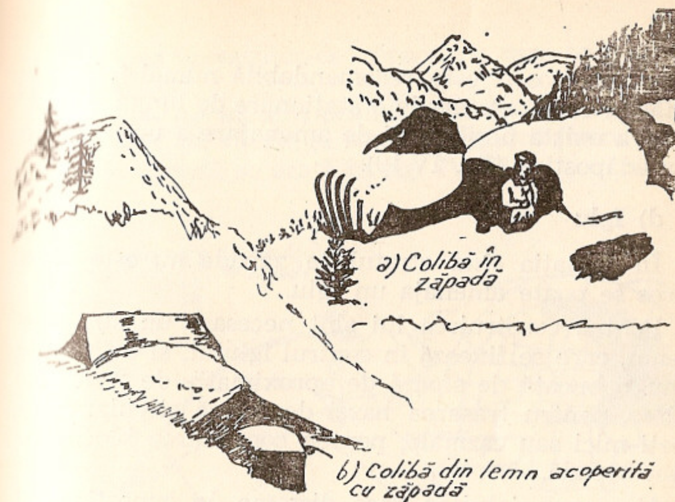


Fig. IV. 18. Colibă în zăpadă (și din lemn) acoperit cu zăpadă

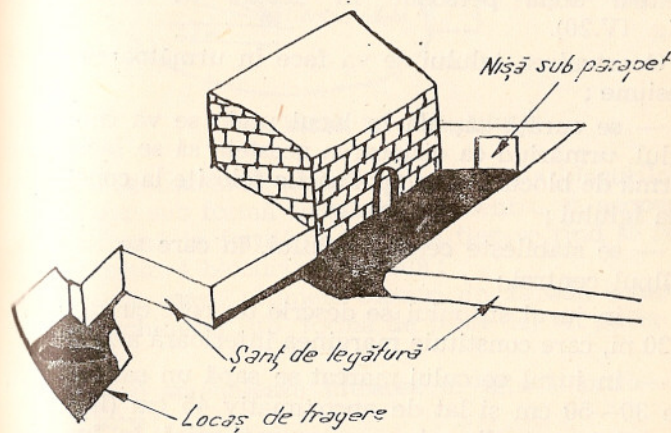


Fig. IV. 19. Casă din blocuri de zăpadă

mai anevoios şi este recomandabilă numai în situaţiile în care se prevede o staţionare de lungă durată, fără a exista posibilităţi de amenajare a unui alt tip de adăpostire (fig. IV.19).

d) Iglu

În situaţia cînd stratul de zăpadă nu este prea gros se poate amenaja un iglu.

Pentru construirea lui sînt necesare un stîlp din lemn, care se fixează în centrul iglului, şi o frînghie sau o bucată de sfoară de aproximativ de 2 m lungime, pentru trasarea bazei de formă circulară, lopeţi mici sau cazmale, pentru construirea blocurilor din zăpadă.

Un supravieţuitor care dispune de cunoştinţe şi deprinderi practice poate construi un astfel de iglu pentru două persoane în decurs de două ore (fig. IV.20).

Construirea iglului se va face în următoarea succesiune :

— se curăţă zăpada în locul unde se va construi iglul, urmărind ca dislocarea acesteia să se facă sub formă de blocuri, care apoi să fie folosite la construirea iglului ;

— se stabileşte centrul iglului, în care se fixează stîlpul central ;

— în jurul stîlpului se descrie un cerc cu raza de 1,20 m, care constituie marginea interioară a iglului ;

— în jurul cercului marcat se sapă un şanţ adînc de 30—50 cm şi lat de aproximativ 45 cm (lăţimea şanţului poate fi mai mare sau mai mică, în funcţie

de lăţimea blocurilor de zăpadă cu care se construieşte iglul) ;

— se aşază în şanţ primul rînd de blocuri de zăpadă, care constituie şi fundaţia iglului (forma unui bloc de zăpadă se arată în fig. IV.20) ;

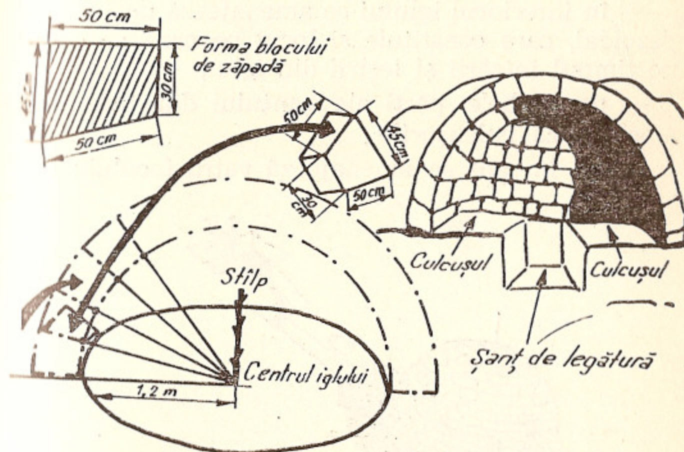


Fig. IV. 20. Iglu în secţiune

— se continuă aşezarea suprapusă a blocurilor de zăpadă sub formă circulară, iar pentru ca acoperişul să devină în formă de boltă la fiecare rînd se reduc cel puţin 4 blocuri de zăpadă ;

— se aşază ultimele blocuri de zăpadă (blocurile de închidere) sub formă de pană (ic) şi puţin presate ;

— se amenajează intrarea în iglu şi orificiul de aerisire ;

— se astupă găurile dintre blocurile de zăpadă apărute pe timpul construirii iglului ;

— se taie colțurile interioare proeminente ale blocurilor de zăpadă, pentru a da o formă cît mai netedă interiorului și pentru a evita topirea acestora ;

— în interiorul iglului se amenajează un șanț trapezoidal, care constituie și locul pe care se circulă pe timpul intrării și ieșirii din iglu ;

— pe ambele părți ale șanțului din interior se amenajează culcușurile ;

— tot în șanț se amenajează vatra focului ;

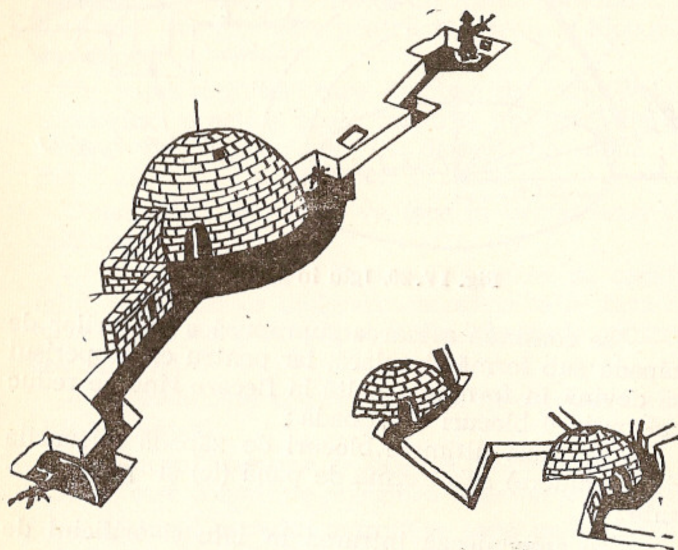


Fig. IV. 21. Iglu în detaliu

— se închide intrarea în iglu cu ajutorul unei perdele improvizate sau cu blocuri de zăpadă ;

— pentru observare și siguranță, în exterior se amenajează șanțuri de comunicații și locașuri de tragere (fig. IV.21).

V

IMPORTANŢA FOCULUI ÎN ASIGURAREA SUPRAVIEŢUIRII

Focul este indispensabil omului pentru încălzire, uscarea echipamentului, semnalizare, pregătirea hranei şi purificarea apei prin fierbere. Timpul de supravieţuire creşte sau descreşte în funcţie de abilitatea supravieţuitorului în procurarea şi asigurarea sa cu strictul necesar existenţei.

Printre multiplele nevoi pe care le ridică dorinţa şi totodată necesitatea de a supravieţui, focul prezintă o importanţă deosebită. În anumite condiţii, focul devine elementul esenţial de care depinde într-o mare măsură supravieţuirea.

Tocmai de aceea se cere ca fiecare militar să cunoască în bune condiţii mijloacele care pot fi folosite ca surse de foc şi să ştie :

— să aleagă şi să amenajeze vetre de focuri în funcţie de posibilităţi şi de destinaţia acestora ;

— să aprindă şi să menţină focul în locuri ferite de vederile inamicului ;

— să evite incendiul şi să nu lase urme de foc în locurile de staţionare ;

— să transporte focul dintr-un loc în altul, atunci cînd situaţia impune.

1. ALEGEREA LOCULUI PENTRU VATRA FOCULUI

Vatra focului se alege în funcţie de destinaţia acestuia (încălzirea, prepararea hranei) şi de alţi factori care condiţionează folosirea lui, ca : bătaia vîntului, mascarea luminii, evitarea incendiului etc., precum şi de combustibilul pe care îl foloseşte.

Pentru încălzire, vatra focului trebuie amenajată astfel, încît căldura să fie dirijată în direcţia în care se află supravieţuitorul. În partea de jos, şi în cele trei părţi laterale ale acesteia, se va aşeza de regulă un strat protector şi de mascare. Acesta poate fi format din anumite materiale pe care supravieţuitorul le găseşte în zonă (bucăţi de tablă groasă, pietre plane, cărămizi, trunchiuri de copaci, brazde de pămînt etc.).

Vatra focului pentru prepararea hranei şi coacerea pîinii trebuie aleasă astfel, încît să îndeplinească următoarele condiţii :

— să asigure dirijarea căldurii spre vasul în care se prepară hrana sau se coace pîinea ;

— mărimea vetrei focului trebuie să permită aşezarea unui vas (marmidă, gamelă, oală, cratiţă etc.) în care se prepară hrana.

În situaţia cînd vatra focului s-a fixat pe un strat de zăpadă sau gheaţă, atunci în mod obligatoriu se va amenaja în partea de jos un strat izolant de pămînt, pentru a proteja focul de apa rezultată din topirea zăpezii.

2. FELURILE DE FOCURI

În funcţie de loc, formă, destinaţie şi durată, focurile pot fi împărţite astfel :

a) focul în sobă improvizată ;

b) focul în cuptor improvizat ;
c) focul în groapă sau în şanţ ;
d) focul între pietre ;
e) focul tip grătar ;
f) focul tip scară înclinată ;
g) focul vînătoresc ;
h) focul tip baraj ;
i) focul tip stea ;
j) focul haiducesc ;
k) focul în cutie improvizată ;
l) focul în primus improvizat.

De fiecare dată supravieţuitorul îşi va alege felul focului pe care doreşte să-l facă şi, în funcţie de aceasta, va stabili vatra focului.

În cele ce urmează vom descrie pe scurt fiecare din aceste feluri de focuri.

a) Focul în sobă improvizată (godin)

Pentru improvizarea sobei poate fi folosită şi o cutie de tablă avută la îndemînă sau găsită.

În acest scop este suficient ca în partea laterală a cutiei să se creeze un orificiu pentru introducerea lemnelor şi asigurarea tirajului necesar (fig. V.1). Pentru ca tabla din fundul cutiei, care constituie şi vatra focului, să nu ardă prematur, se căptuşeşte cu un strat de pămînt sau de nisip. În astfel de sobe poate fi folosit în bune condiţii şi combustibilul lichid (benzină, petrol, motorină etc.), fie turnat direct pe nisip, fie îmbibat în diferite cîrpe.

Sobele improvizate se recomandă să fie folosite îndeosebi în adăposturile construite pe timp de iarnă, atît pentru încălzit, cît şi pentru prepararea sau încălzirea hranei.

Dacă focul se face cu lemne, acestea se aşază în interiorul sobei sub formă de cruce, pentru a da posibilitate aerului să pătrundă printre ele şi să întreţină ardere.

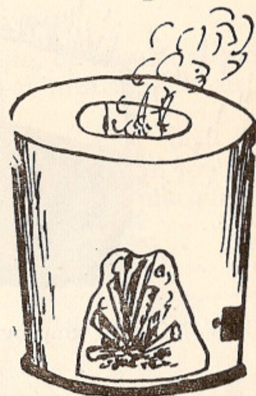


Fig. V. 1. Sobă improvizată

b) Focul în cuptor improvizat

De regulă supravieţuitorul amenajează un astfel de cuptor cînd rămîne mai mult timp într-un raion sau cînd trebuie să coacă pîine sau să conserve hrana animală sau vegetală.

Cuptorul poate fi improvizat în peretele unui şanţ, al unei gropi sau pe sol (fig. V.2 şi V.3). Cuptorul cel mai uşor de construit este cel săpat în peretele unui şanţ.

Dacă se dispune de o bucată de tablă, ea poate fi aşezată în partea superioară a cuptorului, servind ca plită pentru încălzirea sau prepararea hranei.

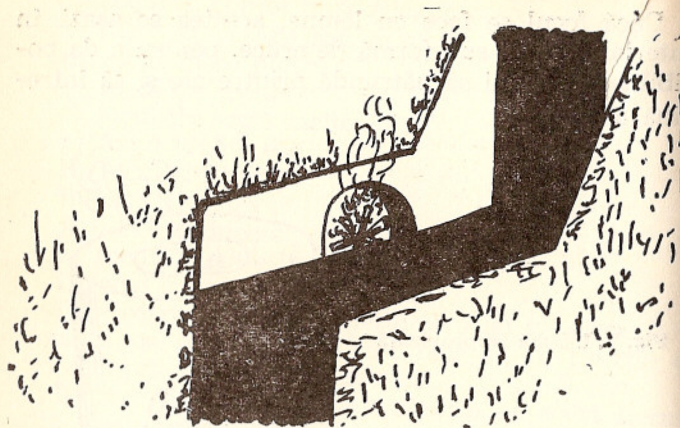


Fig. V. 2. Cuptor improvizat în peretele unui şanţ

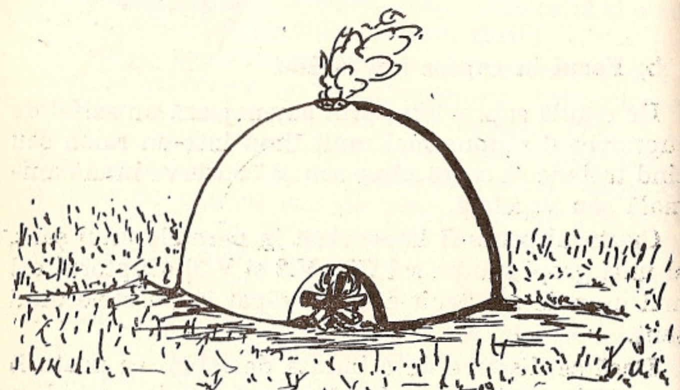


Fig. V. 3. Cuptor construit pe sol

Cuptorul construit pe sol poate fi folosit atît pentru încălzirea şi prepararea hranei, cît şi pentru uscarea echipamentului, coacerea pîinii, conservarea subzistenţelor etc.

c) **Focul în groapă sau în şanţ**

Acest fel de foc se foloseşte, de regulă, atunci cînd supravieţuitorul doreşte să-şi încălzească sau să-şi prepare hrana necesară.

Groapa în care urmează să se facă focul se sapă sub formă de trunchi de con cu vîrful în jos, iar lemnele se aşază sub formă înclinată pe marginea acesteia, unul lîngă altul (fig. V. 4).

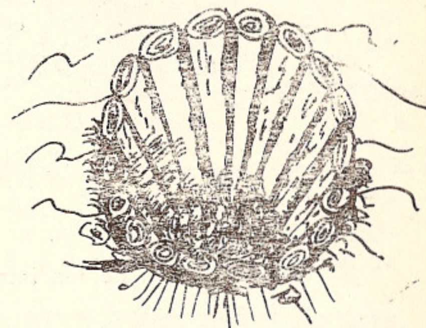


Fig. V. 4. Vatra de foc sub formă de groapă

Avantajele acestui fel de foc constau în : economisirea combustibilului, care arde lent, ca urmare a cantităţii mici de oxigen ce întreţine arderea ; asigurarea păstrării focului un timp îndelungat, prin acoperirea jăraticului cu cenuşă.

Folosirea acestui fel de foc are însă şi unele dezavantaje şi anume că spre deosebire de alte tipuri de

focuri el dă o cantitate mai mică de căldură și limitează dirijarea acesteia în direcția dorită.

d) **Focul între pietre**

Vatra focului poate fi amenajată în anumite situații și între pietre, care, servind drept paravan, pot asigura prin încălzire o cantitate mai mare de căldură chiar cu combustibil puțin (fig. V. 5).

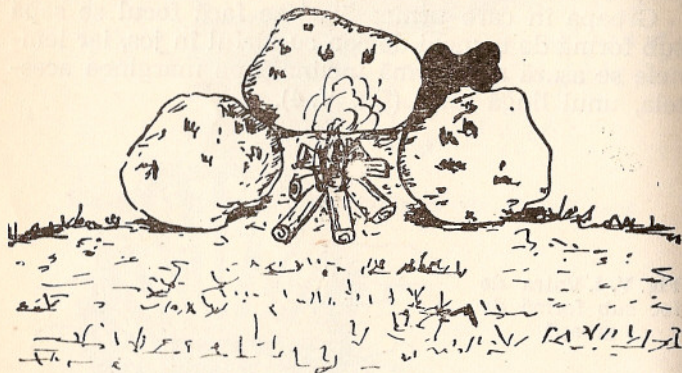


Fig. V. 5. Vatră de foc între pietre

Avantajele acestui fel de foc constau în posibilitatea dirijării căldurii și a menținerii acesteia (și după stingerea focului), ca urmare a radierii produse de pietrele supraîncălzite.

e) **Focul tip grătar**

Un astfel de foc se poate face în toate cazurile în care combustibilul este lemnul.

Pentru acest tip de foc, lemnele se aranjează sub formă de grătar, pe două trunchiuri de copaci de esență tare, așezate paralel, la o distanță de 40-50 cm unul de altul (fig. V. 6).

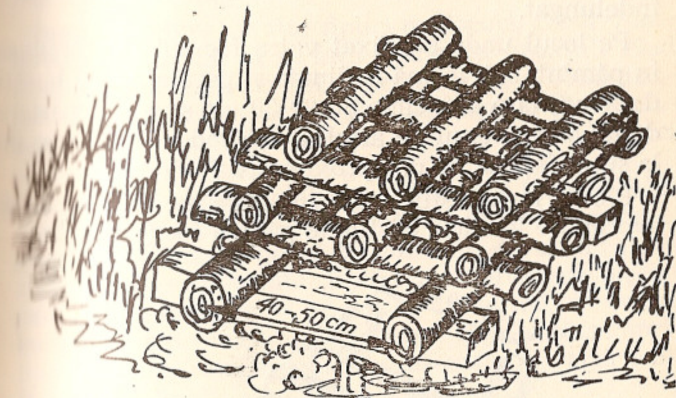


Fig. V. 6. Aranjarea lemnelor sub formă de grătar

Focul se aprinde la centru și jos, sub grătarul format pentru ca flăcările să cuprindă întreaga stivă de lemne.

Acest fel de foc este indicat atunci cînd staționarea se face la suprafața solului, fără a fi amenajată nici un fel de adăpostire și cînd căldura este necesară pentru mai mulți supraviețuitori. El prezintă avantajele că pe tot timpul arderii menține constante flacăra și căldura, pe care o radiază circular.

Dezavantajul acestui fel de foc constă în faptul că necesită în general o cantitate mare de lemne, iar arderea se produce într-un timp relativ scurt.

f) Focul tip scară înclinată

Focul sub această formă se recomandă să fie făcut atunci cînd se dispune de combustibil puțin, dar în schimb se urmărește ca el să dureze un timp cît mai îndelungat.

Pe locul unde s-a fixat vatra focului se introduc în pămînt, sub formă înclinată și paralel, două bucăți de lemn, la o adîncime de 20-30 cm și la o depărtare de 40-50 cm unul de altul, urmărind ca lungimea de la suprafață să fie de aproximativ 70-80 cm.

Ele formează stîlpii de susținere, pe care se așază suprapuse lemnele destinate pentru foc (fig. V. 7).

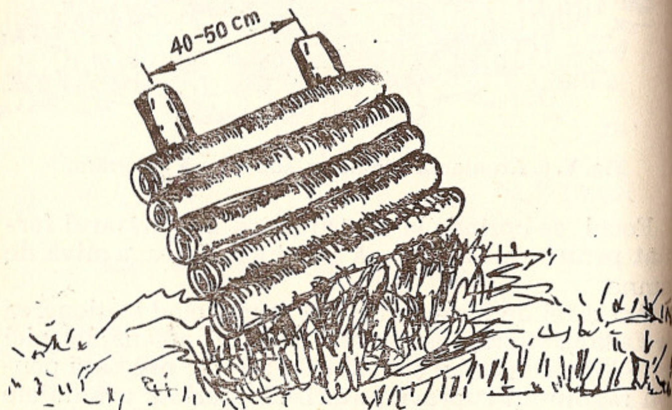


Fig. V. 7. Aranjarea lemnelor în formă de scară înclinată

Stîlpii de susținere au și rolul de a favoriza arderea progresivă a combustibilului.

Acest fel de foc poate fi folosit la nevoie și pentru încălzirea și prepararea hranei în interiorul adăposturilor.

g) Focul vînătoresc

Spre deosebire de alte tipuri de focuri, focul vînătoresc este indicat să se facă numai în situațiile cînd condițiile concrete permit să se realizeze o bună mascare a locului respectiv și cînd se dispune din abundență de combustibil lemnos. De asemenea, atunci cînd se supraviețuiește în grup.

Aranjarea combustibilului lemnos se face în felul următor : se așază pe sol două bucăți de lemn mai groase, la depărtarea de 40-50 cm unul de altul ; între acestea se așază combustibilul de aprindere (așchii paie etc.), iar peste el se așază, în formă de cruce, bucăți de lemn mai gros, ale căror capete să se sprijine pe trunchiurile copacilor așezați pe vatră (sol) (fig. V.8).

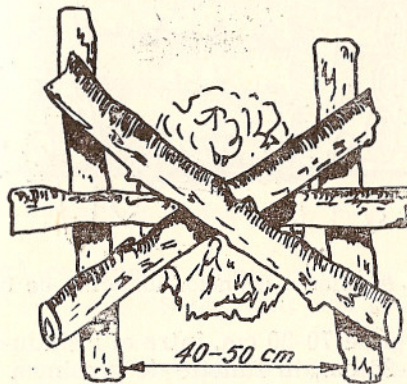


Fig. V. 8. Focul vînătoresc

Focul se aprinde în partea cea mai apropiată de sol, pentru a asigura arderea completă și uniformă a combustibilului.

h) **Focul de tip baraj**

Un astfel de foc se poate amenaja numai în condițiile în care se dispune de combustibil cu o grosime (diametru) de la 10 cm în sus și mai cu seamă cînd acesta se găsește deja tăiat și stivuit. În acest caz el va fi folosit la mărimea lui fără a mai fi tăiat și crăpat.

Trecînd la amenajarea unui astfel de foc, se va proceda astfel :

— pe locul unde s-a fixat vatra focului se introduc în pămînt patru trunchiuri de copaci, la adîncimea de 25-30 cm. Aceștia se așază paralel, doi cîte

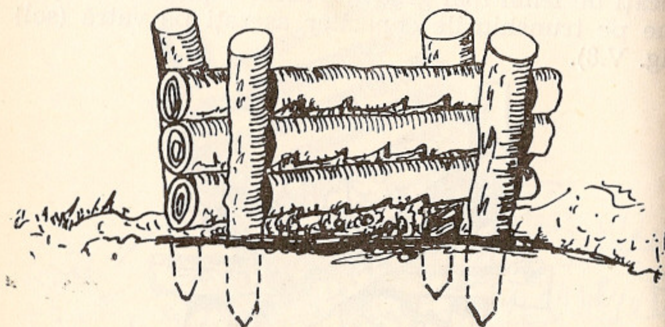


Fig. V. 9. Aranjarea lemnelor în formă de baraj

doi la distanța de 70-80 cm, între ei lăsîndu-se un interval de 20-25 cm, în funcție de grosimea lemnelor folosite drept combustibil (fig. V.9) ;

— focul se aprinde în partea de jos a barajului, urmînd ca arderea să se facă succesiv, asemenea focului sub formă de scară înclinată.

De regulă focul tip baraj se folosește atunci cînd adăposturile sînt deschise și amenajate la suprafață.

i) **Focul în formă de stea**

Forma de stea a focului rezultă din așezarea a 6-7 bucăți de lemn uscat, cu un capăt în centrul vetrei focului, iar cu celălalt spre exteriorul acesteia (fig. V. 10).

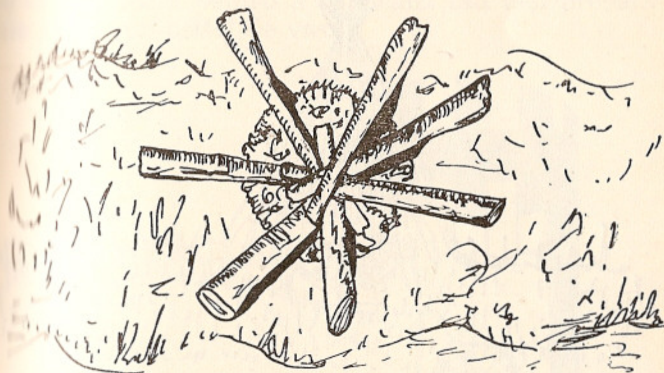


Fig. V. 10. Amenajarea lemnelor sub formă de stea

Pe măsură ce capetele aflate pe vatra focului au ars, tăciunii sînt împinși pe vatră pînă la arderea lor completă.

Acest fel de foc se recomandă a fi cel mai frecvent utilizat de supraviețuitor, deoarece are un consum de

combustibil mai mic şi asigură o căldură suficientă pentru încălzirea adăpostirii şi pentru preparatul hranei.

j) Focul haiducesc

Focul haiducesc este indicat a fi folosit în aceleaşi condiţii ca şi focul tip grătar.

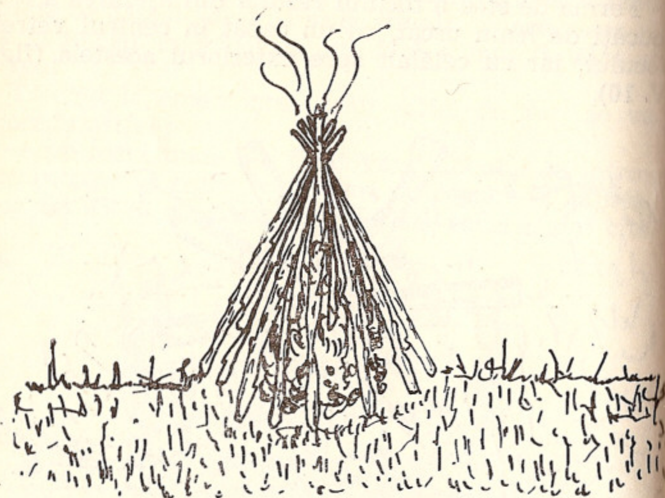


Fig. V. 11. Focul haiducesc

Pentru focul haiducesc este necesară în general o cantitate mai mare de combustibil (fig. V.11) şi el se practică în situaţiile cînd supravieţuitorul se află în zone muntoase şi cu păduri, şi cînd nu există pericolul de a fi descoperit de către inamic.

Acest tip de foc constă în aranjarea lemnelor sub formă de piramidă, arderea făcîndu-se din centrul bazei spre exterior şi în sus.

Focul haiducesc poate servi pentru încălzire, prepararea hranei şi semnalizarea avioanelor (elicopterelor) proprii asupra prezenţei supravieţuitorului sau a grupului de supravieţuitori.

k) Focul în cutie improvizată

Cînd supravieţuitorul dispune de o cutie de conserve (un bidon metalic) şi de combustibil lichid poate să facă focul pentru a se încălzi sau a-şi prepara hrana într-un astfel de vas.

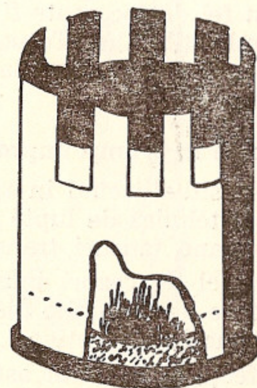


Fig. V. 12. Focul în cutie improvizată

Cutia de conserve se deschide la unul din capete, după care se fac cîteva orificii dreptunghiulare în peretele lateral al acesteia, de mărimea a 2 cm fiecare (fig. V. 12).

Pentru mărirea tirajului pe timpul arderii, se poate crea un orificiu în peretele lateral al cutiei, la înălțimea la care se amenajează vatra.

Pentru aprinderea focului se pot folosi două procedee, astfel :

— prin introducerea de nisip pînă la orificiul de aerisire, peste care se toarnă benzină, motorină, petrol sau ulei ;

— se așază fîșii de hîrtie, cîrpe, așchii de lemn, peste care se toarnă țiței, petrol, motorină etc. În acest caz, materialul folosit drept combustibil de întreținere a arderii trebuie să se găsească cu 3 cm deasupra țițeiului, petrolului, motorinei etc., pentru a asigura arderea corespunzătoare.

Acest fel de foc poate fi întreținut pînă la epuizarea combustibilului. Totuși trebuie multă prudență, deoarece în astfel de situații există pericolul producerii exploziei.

l) Focul în primus improvizat

Pot fi situații cînd în raionul de staționare să se găsească tehnică de luptă avariată sau distrusă (mașini, avioane, tancuri, transportoare etc.).

În astfel de cazuri improvizarea unui primus se poate face din anumite piese, care se demontează de pe mijloacele respective.

Confecționarea unui astfel de primus se va face atunci cînd se dispune de timp, de materiale și cînd nu există alte posibilități de facere a focului.

Materialele din care se poate improviza un primus pot fi : o țeavă de aluminiu, alamă, bronz sau oțel, cu o lungime aproximativă de 1,80-3 m ; un rezervor de

aer comprimat, de benzină sau o canistră ; un racord de cauciuc de 5-10 cm, cu diametrul egal cu al țevii prin care va curge lichidul.

Pentru confecționarea primusului se va proceda astfel : un capăt al țevii se va turti complet, pentru a nu permite lichidului să curgă ; 60-90 cm din țeavă se va îndoi sub forma unui inel incomplet unit, în care se vor face 8-10 orificii pentru ieșirea lichidului; sub țeava îndoită se așază o placă de metal ; în partea de jos a rezervorului de lichid se face un orificiu de scurgere, iar în partea de sus, un orificiu pentru

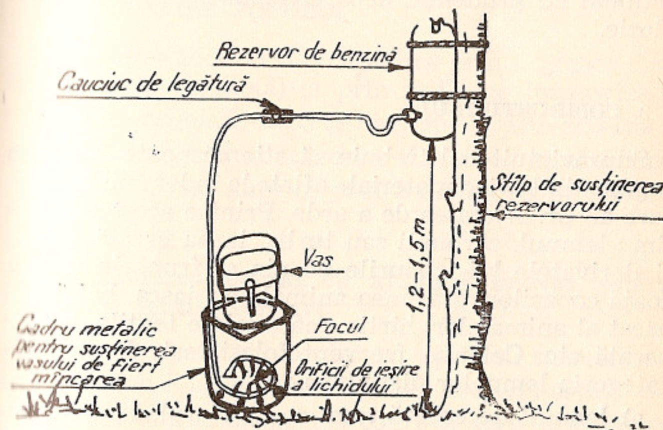


Fig. V. 13. Primusul improvizat

umplerea acestuia. Cu ajutorul unui dop de cauciuc sau de lemn, orificiul din partea superioară a rezervorului de benzină se închide (fig. V. 13).

Înainte de aprinderea primusului improvizat se va încălzi partea de jos a țevii cu orificii, pentru a face ca benzina care iese prin acestea să se transforme în vapori. După aprinderea focului această țeavă se va menține caldă din cauza temperaturii date de flacără și de placa de metal pe care este așezată.

În cazul că va curge prea puțină benzină prin orificiile țevii, atunci rezervorul de combustibil se va ridica mai sus, pentru a mări viteza de cădere a acestuia.

Pe timpul cît primusul se află în funcțiune trebuie acționat cu prudență, deoarece există pericol de explozie.

3. COMBUSTIBILUL

Supraviețuitorul trebuie să știe că poate folosi ca combustibil orice materiale aflate la îndemînă în zonă, care au proprietatea de a arde. Printre acestea amintim : lemnul, cărbunii sau turba, iarba uscată, țițeiul și derivatele lui, conurile de pin și frunzele uscate, coaja copacilor, grăsimea animalelor, iasca, bălegarul uscat al animalelor, hîrtia, materialele textile, trestia uscată etc. Cel mai frecvent folosit este lemnul. În categoria lemnelor distingem :

a) **lemnul de esență tare,** ca : stejarul, fagul, măslinul, ulmul, carpenul, salcîmul, frasinul etc., care ard încet, degajă multă căldură și produc mult jăratic ;

b) **lemnul de esență moale,** ca : salcia, arinul, teiul, plopul, castanul comestibil etc., care în general ard repede, produc puțină căldură și mult fum, iar jăraticul aproape lipsește. Mesteacănul, pinul, molidul și

bradul produc flacără și căldură, dar jăraticul este puțin și se stinge repede.

Pentru aprinderea focului se pot folosi următorii combustibili : așchii de lemn uscat (în special de brad, mesteacăn, molid, pin etc.) ; măduva socului uscat ; materiale textile îmbibate cu lichid inflamabil ; parte din plante uscate și ierburi uscate ; cuiburi de păsări ; iască uscată ; praful (rumegușul) de lemn produs de insecte și care se găsește sub scoarța copacilor etc.

4. APRINDEREA FOCULUI

Aprinderea focului se poate face prin mijloace clasice (chibrit, brichetă) și prin mijloace improvizate (lentile de ochelari, lupe și binoclu — prin intermediul soarelui ; scîntei produse de mijloace electrice sau de materiale dure și prin frecarea lemnelor uscate).

a) Aprinderea focului cu ajutorul razelor solare folosind lentile concave

Pentru aprinderea focului cu ajutorul razelor solare folosind lentila concavă se va proceda astfel : se orientează lentila cu partea concavă spre soare și se apropie pînă ce razele solare vor fi concentrate într-un punct cît mai mic pe materialul inflamabil ; se ține în această poziție pînă ce se aprinde materialul inflamabil, după care se va proceda la aprinderea focului (fig. V. 14).

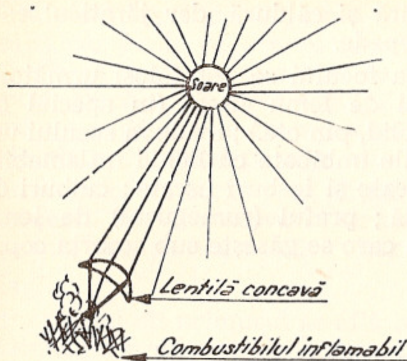


Fig. V. 14. Aprinderea focului cu ajutorul soarelui și al lentilelor concave

b) Aprinderea focului cu ajutorul scînteilor electrice

Cînd se dispune de un acumulator (baterie) sau de un aparat telefonic de campanie se leagă două fire de sîrmă la cei doi poli și prin atingerea acestora se produce scînteia, care poate aprinde combustibilul inflamabil (fig. V 15). La telefonul de campanie curentul electric se obține prin sursele sale proprii.

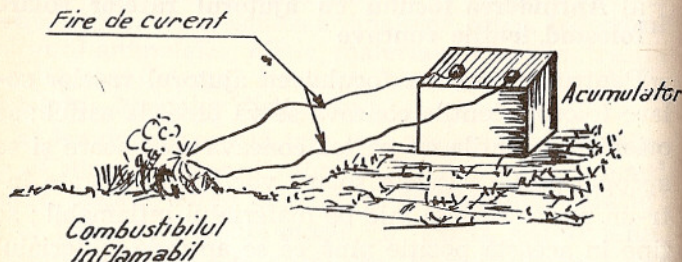


Fig. V. 15. Aprinderea focului cu ajutorul scînteii electrice produse de sursele de curent

c) Aprinderea focului folosind amnarul, cremenea și iasca

Cu ajutorul unui amnar, al cremenei și al iascăi se poate aprinde focul în orice condiții atmosferice (fig. V. 16).

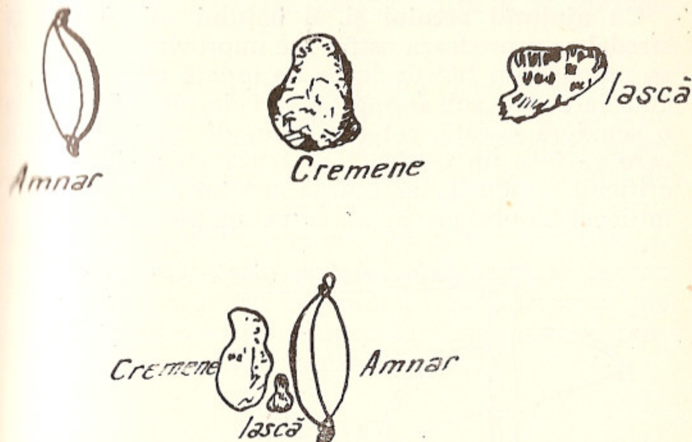


Fig. V. 16. Aprinderea focului folosind amnarul, cremenea și iasca

Scînteile se obțin prin lovirea cremenei cu amnarul (cu amnar poate fi folosită lama unui cuțit sau orice bucată de oțel). Aceste scîntei produse aproape de iască fac ca aceasta să ia foc. Iasca aprinsă se ține în bătaia vîntului sau se mișcă în curent pînă apare flacăra, cu ajutorul căreia se aprinde apoi focul.

d) **Aprinderea focului prin frecare**

Aprinderea focului prin frecare se poate face prin trei procedee: cu ajutorul unui arc, al unui băț și al unei bucăți de scîndură; cu ajutorul unei frînghii și al unui trunchi de copac și prin frecarea a două bețe uscate.

Cu ajutorul arcului și al bățului sub formă de sfredel se procedează astfel: se improvizează un arc; se procură un băț de lemn de esență tare și se ascute la capăt, sub formă de vîrf de piramidă; se ia o scîndură uscată, tot din lemn de esență tare, în care se face un orificiu; se așază vîrful bățului în orificiul scîndurii, iar coarda arcului se înfășoară la mijlocul bățului; se apasă cu palma pe capătul neted

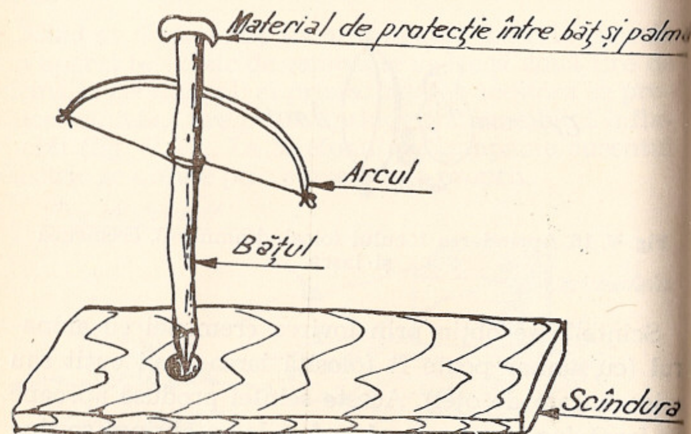


Fig. V. 17. Aprinderea focului prin frecare cu ajutorul arcului și al bățului sub formă de sfredel

al bățului (între palmă și capătul bățului se așază un material rău conducător de căldură), se mișcă arcul asemănător unui ferăstrău, imprimîndu-i acestuia o mișcare de rotație, care, datorită frecării, carbonizează scîndura în locul respectiv, dînd naștere la scîntei; cînd începe să iasă fum, lîngă capătul de jos al bățului se așază iasca, pentru a se aprinde (fig. V. 17).

Cu ajutorul frînghiei și al unui trunchi de copac se procedează astfel: se alege un trunchi de copac de esență tare, pe care în apropiere de mijloc se amenajează un locaș pentru așezarea unei bucăți de iască; se înfășoară frînghia de două ori în jurul lemnului, în apropiere de locașul unde s-a pus iasca. Se trage alternativ de capetele frînghiei pentru a se produce frecarea lemnului în apropiere de iască pînă ce aceasta se aprinde, după care se procedează la aprinderea focului (fig. V. 18).

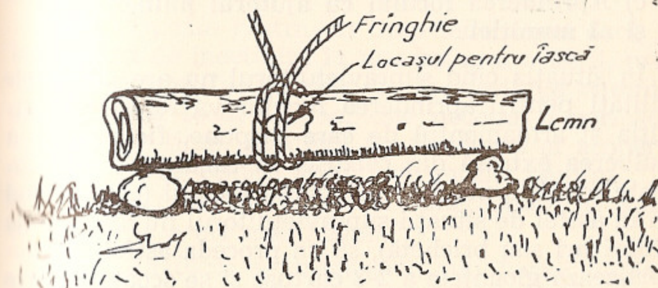


Fig. V. 18. Aprinderea focului prin frecare cu ajutorul frînghiei

Cu ajutorul a două bucăţi de lemn de esenţă tare. Acest procedeu constă în frecarea celor două bucăţi de lemn pînă ce apare flacăra (fig. V. 19).

În general este un procedeu simplu, pe care supravieţuitorul îl poate folosi în orice condiţii de teren, de stare a vremii şi de anotimp.

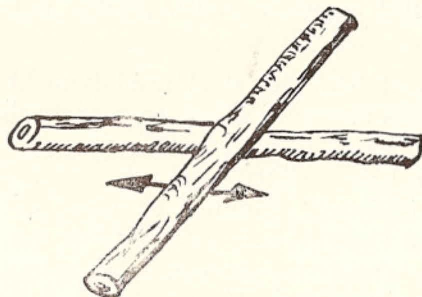


Fig. V. 19. Aprinderea focului prin frecare a două bucăţi de lemn

c) Aprinderea focului cu ajutorul pulberii şi al muniţiei

În situaţia cînd supravieţuitorul nu are alte posibilităţi pentru aprinderea focului va folosi fie muniţia şi armamentul de care dispune, fie parte din pulberea extrasă din cartuşe. În cazul în care foloseşte muniţia pentru aprinderea focului (considerînd că în astfel de situaţii supravieţuitorul nu dispune de chibrituri sau brichetă), se va proceda astfel : se desertizează gloanţele a 2-3 cartuşe şi se scoate o parte din pulbere. Locaşurile rămase goale în tuburi vor fi umplute cu vată ; cartuşul se introduce în arma-

ment şi se execută operaţiile normale de dare a focului ; vata care va fi aprinsă şi aruncată la o anumită depărtare de gura ţevii va fi folosită pentru aprinderea focului.

5. PREVENIREA INCENDIILOR

În cazul folosirii focului se vor lua toate măsurile pentru prevenirea incendiilor. Înainte de părăsirea locului de staţionare sau chiar înainte de a dormi focul va fi stins sau izolat de restul materialelor care s-ar putea aprinde şi produce incendiul.

Pentru ştergerea urmelor, locul vetrei focului se va acoperi cu frunze, cu muşchi sau cu alte materiale din zonă, dar numai după ce iniţial au fost îndepărtate cenuşa şi jeraticul.

6. PĂSTRAREA ŞI TRANSPORTAREA FOCULUI

Focul se poate păstra un timp îndelungat dacă se iau măsuri de încetinire la maximum a arderii, prin aşezarea vetrei focului într-un loc ferit de curenţii de aer. Cînd focul nu mai este necesar o perioadă oarecare de timp, jeraticul va fi adunat şi acoperit cu un strat de cenuşă şi apoi cu puţin pămînt. În acest fel el poate fi păstrat în bune condiţii şi folosit ori de cîte ori este nevoie.

De regulă focul se transportă sub formă de jar. Acesta se introduce într-un vas din pămînt sau de metal, căruia i se fac cîteva orificii pentru pătrunderea aerului şi menţinerea cărbunilor în stare in-

candescentă. La fel de bine poate fi transportat focul folosind ca intermediar iasca, care, aprinsă, se transportă cu ușurință în locul dorit. Pe timpul transportului vasul cu cărbuni sau iasca se agită în curenții de aer pentru a evita stingerea.

VI

PROCURAREA, FILTRAREA, DEZINFECTAREA ȘI PĂSTRAREA APEI

Apa constituie una din necesitățile imperioase și indispensabile vieții. Ea reprezintă 70% din greutatea corpului. Eliminată în permanență prin secreție, urină, respirație și transpirație, ea trebuie înlocuită treptat.

Pe baza unor experiențe practice s-a demonstrat că omul nu poate rezista fără apă decît cîteva zile, în timp ce fără mîncare poate trăi cîteva săptămîni, dacă nu este supus la eforturi.

Din practică a rezultat că apa necesară corpului omenesc depinde de mai mulți factori, printre care amintim : construcția organismului, clima din zona în care se trăiește, compoziția apei, eforturile la care organismul este supus etc. Spre exemplu, în ținuturile reci corpul omenesc are nevoie de aproximativ 1-2 litri de apă pe zi, pe cînd în regiunile călduroase, îndeosebi pe timpul deplasării, cînd supraviețuitorul pierde o mare cantitate de apă, sînt necesari pînă la 4-5 litri zilnic. Dacă se consumă mai puțină apă decît este necesar, rezistența supraviețuitorului scade treptat.

În condițiile supraviețuirii în zone lipsite de apă sau cînd aceasta este greu de procurat, consumul

trebuie să se facă în mod raţional, deoarece lipsa de apă în timp îndelungat poate pune în pericol viaţa supravieţuitorului. În cele ce urmează se fac cîteva recomandări asupra consumării raţionale a apei, de care este necesar să se ţină seama în toate situaţiile dificile.

Consumarea raţională a apei presupune :

— apa să se bea în mod sistematic, fără să se aştepte apariţia senzaţiei de sete ;

— servitul apei să se facă în general în cantităţi mici şi la intervale regulate ;

— să nu se consume nici un fel de băuturi alcoolice ;

— nu este indicat să se consume urină sau apă de mare, deoarece concentraţia de sare este prea mare şi dăunează organismului.

Acest lucru impune ca supravieţuitorul să folosească toate sursele de apă potabilă descoperite, atît pentru satisfacerea nevoilor imediate, cît şi pentru asigurarea unei rezerve de apă.

Cel mai bun mijloc de a menţine în corp apa necesară este evitarea transpiraţiei abundente, în special pe timpul deplasărilor executate în condiţii de temperatură ridicată. Dacă supravieţuitorul consumă în astfel de situaţii o cantitate mare de apă, chiar dacă îi este cald, nu se recomandă să se dezbrace. Desigur, pe o căldură toridă, supravieţuitorul s-ar simţi mai lejer fără cămaşă sau pantaloni, deoarece transpiraţia se evaporă mai repede şi produce senzaţia de răcoare, dar în acest fel corpul pierde o cantitate de apă mult mai mare. În plus, supravieţuitorul riscă să fie ars de soare. De aceea pe timpul deplasării sau al staţionării la soare, el

trebuie să-şi acopere corpul şi să poarte (dacă poate) haine de culoare deschisă, care reflectă lumina soarelui. Pe timpul zilei trebuie să stea cît mai mult la umbră şi, dacă staţionează în cort, acesta să fie deschis prin mai multe părţi, pentru a asigura circulaţia aerului.

Pe căldură mare deplasările se vor executa încet şi fără agitaţie, pentru a evita transpiraţia şi consumarea unei cantităţi prea mari de apă.

În cazul cînd se dispune de apă suficientă, ea se va consuma atît cît este necesar ca supravieţuitorul să-şi poată menţine mai bine sănătatea şi condiţia fizică.

A. Procurarea apei

Apa poate fi procurată din sursele existente la suprafaţa solului (fluvii, rîuri, izvoare, lacuri sau heleşteie), din sursele subterane (în fîntîni ascunse sub un strat subţire de pămînt — în zonele umede), de sub nisipul din albia unor cursuri de apă în aparenţă seci, din diferite gropi amenajate de supravieţuitor şi din zăpadă, gheaţă, rouă, plante, fructe etc.

1. APA DE LA SUPRAFAŢA SOLULUI

Apele de la suprafaţa solului sînt în general ape potabile (mai puţin apele sărate, sulfuroase, poluate etc.) şi constituie principala sursă de aprovizionare cu apă. Totuşi folosirea acesteia trebuie să se facă cu prudenţă şi numai după o examinare prealabilă.

În afară de reperele vizibile şi cunoscute care semnalează prezenţa unei surse de apă, există şi anumiţi indici, după care se pot determina locurile cu apă şi care practic sînt mai greu de descoperit. Spre exemplu :

— direcţia de zbor a păsărilor în timpul serii sau ciripitul acestora într-un teritoriu semiarid ;

— orăcăitul broaştelor ;

— cărările făcute de animale (duc în general spre locul unde se află surse de apă) ;

— prezenţa unor porţiuni cu iarbă deasă de culoare verde închis şi a pipirigului ;

— prezenţa stufului, trestiei, arinului, salciei, plopului etc.

Pentru consumarea apei din sursele existente la suprafaţa solului se va ţine seamă de următoarele :

— apa se va procura în primul rînd din sursele pe care le foloseşte şi populaţia locală şi numai în lipsa acestora se va folosi apă din locurile unde se adapă animalele domestice sau cele sălbatice ;

— înainte de consumare, apa se va filtra prin mijloace improvizate (tifon, voalura paraşutei, vată etc.), dacă nu există certitudine asupra potabilităţii, şi se va fierbe.

În principiu apa procurată din bălţi, lacuri etc. se consumă numai după ce a fost filtrată şi dezinfectată prin mijloace chimice.

2. APA SUBTERANĂ

Cînd nu există nici un fel de sursă de apă la suprafaţa solului, supravieţuitorul va căuta să procure apa din surse subterane. Aceste surse iau naştere

din apa ploilor sau a zăpezilor, care, în loc să rămînă la suprafaţă pentru a se transforma în pîraie şi rîuri, se infiltrează în pămînt, la mare adîncime, chiar dacă uneori solul la suprafaţă este uscat.

Procurarea apei din raioanele cu terenuri uscate sau stîncoase (care se găseşte la mare adîncime) necesită, de regulă, efort, timp şi unelte de săpat.

Alegerea locului pentru forare, în vederea găsirii sursei de apă subterane, se va face în principiu după următorii indici :

— terenul să fie cu iarbă verde şi deasă ;

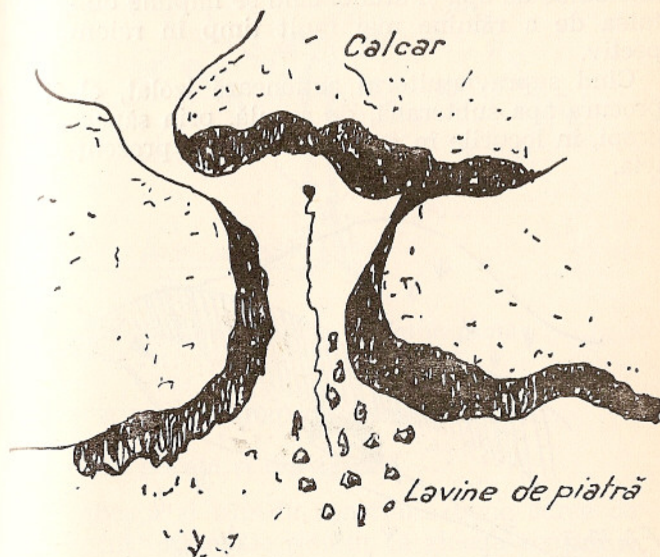


Fig. VI. 1. Indicii din care rezultă prezenţa apei în teren stîncos

— locul să fie sub pantă ;

— să existe plante sau copaci care au nevoie de multă apă ;

— să existe semne din care să rezulte că pe timp de ploaie locul respectiv constituie un izvor, de unde ia naștere un pîrîiaș cu debit de apă.

În terenurile stîncoase apa subterană se va căuta în locurile unde se găsește calcar și unde apar lavinele de pietre (fig. VI. 1)

Forarea unui puț în vederea găsirii apei în subteran este indicată numai în situația cînd nu există alte surse de apă și atunci cînd se impune obligativitatea de a rămîne mai mult timp în raionul respectiv.

Cînd supraviețuitorul acționează **izolat, el își va** procura apa subterană, de regulă, **prin săparea unei** gropi, în locurile în care se întrevede prezența acesteia.

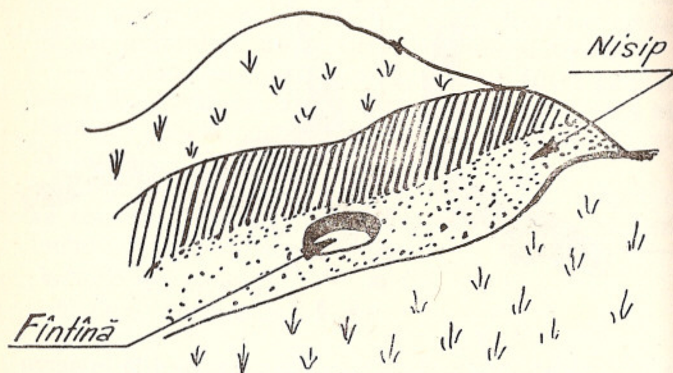


Fig. VI. 2. Săparea unei fîntîni pe fundul unei văi seci

În teren șes, apa poate fi procurată cu mai multă ușurință, fără a pune probleme deosebite pentru supraviețuitor.

Pe fundul unei văi seci sau pe pantele laterale ale înălțimilor adiacente, în timpul sezonului ploios apar izvoare (fig. VI. 2 și fig. VI. 3).

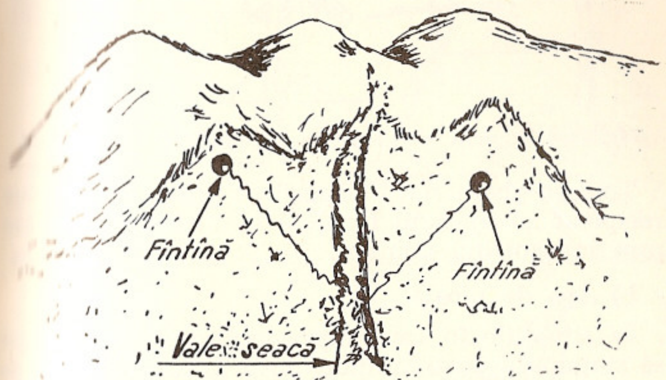


Fig. VI. 3. Săparea unei fîntîni în pantă

3. ALTE SURSE DE APROVIZIONARE CU APĂ

a) Apa din gheață și din zăpadă

Iarna, gheața și zăpada constituie bune surse de apă dacă sînt topite. De reținut că gheața conține o cantitate mult mai mare de apă comparativ cu zăpada. În acest scop se recomandă ca pentru obținerea apei să fie topită gheața (fig. VI. 4).

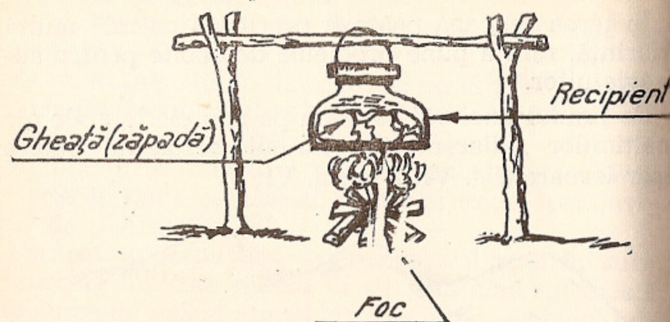


Fig. VI. 4. Topirea gheții sau a zăpezii într-un recipient

Topirea gheții sau a zăpezii se poate face într-un recipient cu ajutorul focului, al razelor solare sau prin intermediul mîinilor.

b) **Apa de ploaie**

În situațiile în care supraviețuitorul este obligat să staționeze un timp îndelungat în locuri lipsite de surse permanente de apă poate folosi în bune condiții apa de ploaie.

Pentru colectarea acesteia este suficient să se amenajeze o groapă, pe care să o căptușească cu pînză curată. Dacă în apropiere există copaci, apa poate fi adunată și prin colectarea picăturilor, înfășurînd în acest scop o bucată de pînză curată în jurul unui copac înclinat și lăsînd un capăt al acesteia într-un recipient, sau chiar direct de pe frunze (fig. VI. 5).

Folosind acest procedeu, apa poate fi procurată și de pe tulpinile și frunzele unor plante, îndeosebi plantele cu tulpina înaltă și frunzele late (fig. VI. 6).

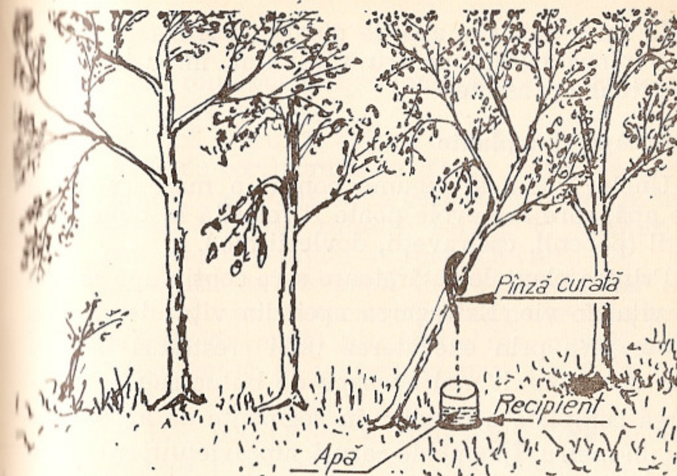


Fig. VI. 5. Procurarea apei de ploaie de pe un copac înclinat

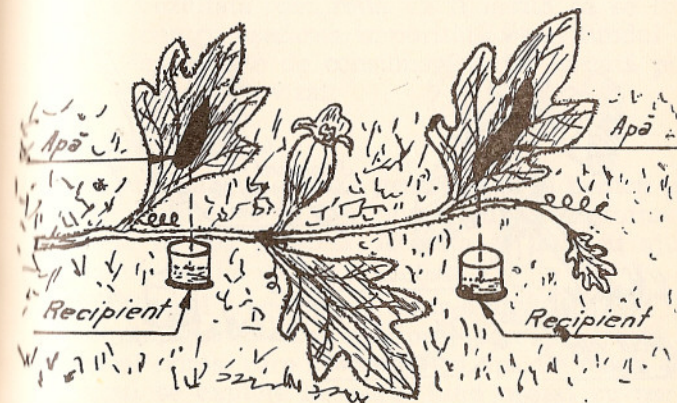


Fig. VI. 6. Procurarea apei de ploaie de pe frunzele late ale unor plante

În toate cazurile apa de ploaie va fi filtrată printr-o pînză curată pentru a elimina impuritățile și eventualele insecte.

c) Apa din plante

Unele fructe și legume conțin o mare cantitate de apă, care la nevoie poate fi folosită în bune condiții (pepenii, castraveții, dovlecii etc.).

Printre plantele cățărătoare care conțin apă se află și vița de vie. Extragerea apei din vița de vie se poate face prin executarea unei crestături în corzile acesteia, cît mai aproape de butuc sau prin tăierea completă a corzilor în segmente de aproximativ un metru. În ambele cazuri supraviețuitorul poate să sugă apa plantei sau să o adune într-un recipient (fig. VI. 7).

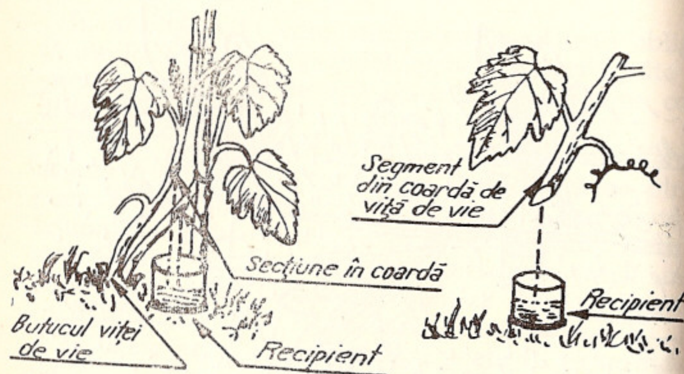


Fig. VI. 7. Extragerea apei din vița de vie

d) Apa din rouă

Apa din rouă poate fi adunată prin mai multe procedee, astfel :

— se sapă o groapă adîncă de 0,5 m și se așază în ea o foaie de cort curată, cu cîteva pietre de asemenea curate ; roua depusă în cursul nopții se va transforma, cu ajutorul căldurii solare, în picături de apă, care vor fi reținute de foaia de cort ;

— se așază un recipient într-o groapă, iar deasupra acestuia se va așeza o funie, peste care vor fi puse bucăți de metal neruginite sau pietre, de pe care roua topită se va scurge prin funie în vasul respectiv ;

— se ia o bucată de material textil curat și uscat și se tîrăște prin locurile cu rouă abundentă ; cînd s-a îmbibat cu apă, materialul se stoarce într-un vas (operația se repetă pînă ce se adună apa necesară).

Apa rezultată din rouă va fi lăsată să se limpezească (pentru așezarea impurităților pe fundul vasului), iar înainte de consumare va fi trecută printr-un filtru improvizat.

e) Apa de mare

Folosirea apei de mare pentru băut și pentru prepararea hranei se va face numai după transformarea acesteia în apă potabilă. Aceasta se face cu ajutorul unui distilator.

Distilatorul se compune dintr-o anvelopă din material transparent. În interiorul acesteia există un material poros, care se umple cu apă de mare. Distilatorul se expune la soare, fiind așezat cu partea de jos pe suprafața apei de mare. Vaporii de apă

care ies din materialul poros se condensează pe pereţii distilatorului, iar picăturile rezultate se adună în partea de jos a anvelopei.

Cu un astfel de aparat, expus o zi întreagă la soare, se pot obţine aproximativ 8 litri de apă potabilă.

f) **Lichidul extras din peşti**

Experimentările de laborator şi unele acţiuni practice au dovedit că în locul apei se poate consuma lichidul obţinut prin presarea peştilor. Dintr-un kilogram de peşte se pot obţine 200-250 g de apă potabilă. Presarea peştelui se poate face şi cu mijloace improvizate.

Cea mai practică şi rapidă metodă de obţinere a lichidului din peşti o constituie introducerea peştilor într-un săculeţ de material textil (curat) şi presarea acestuia deasupra unui recipient, pînă se scurge din el întreaga cantitate de lichid potabil.

B. **Filtrarea apei**

De obicei în apă se găsesc multe impurităţi, insecte şi bacterii. Pentru ca apa să devină potabilă, toate acestea trebuie îndepărtate atît prin filtrare, cît şi prin fierbere. Filtrarea apei se poate executa prin filtre speciale sau prin filtre improvizate (simple sau complexe).

Un filtru simplu poate fi confecţionat din materialul paraşutei sau din alte materiale textile (fig. VI. 8).

Acest filtru nu reţine în totalitate impurităţile şi microorganismele, fapt ce impune ca înainte de consumare apa să fie dezinfectată şi prin fierbere.

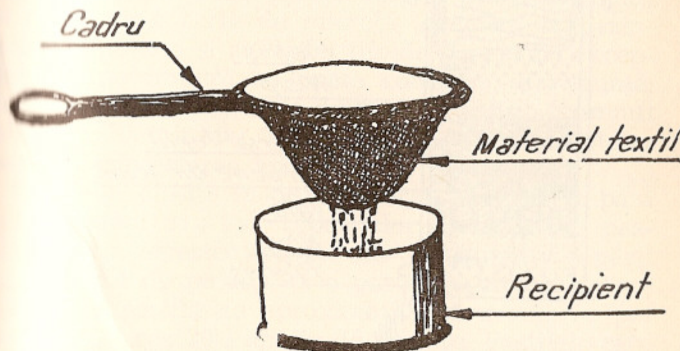


Fig. VI. 8. Filtru **simplu pentru purificarea apei**

Un filtru complex (fig. VI. 9) se poate improviza folosind următoarele materiale : un recipient (cutie de conservă, găleată etc.), o bucată de postav curat, nisip şi pietricele curate, cărbuni din lemn, vată şi o bucată de material textil curat.

Aceste materiale se aşază în recipient în următoarea succesiune : pietrişul, nisipul, vata, cărbunii din lemn, materialul textil, nisipul, pietrişul şi materialul textil.

În partea superioară a filtrului se lasă un spaţiu sub formă de pungă, pentru turnarea apei, iar în partea de jos se creează un orificiu pentru scurgerea apei filtrate. Sub filtru se aşază un vas pentru colectarea apei.

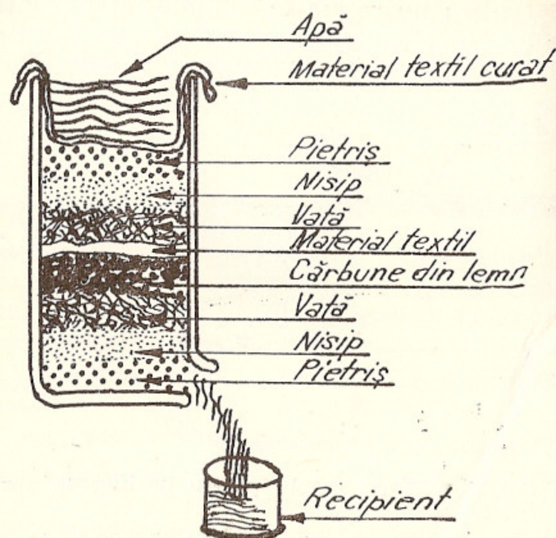


Fig. VI. 9. Filtru complex pentru purificarea apei

Înainte de consumare, apa va fi lăsată să se liniștească timp de 10-60 de minute (pentru a se depune la fundul vasului eventualele impurități), iar dacă există posibilități se va fierbe.

Pentru purificare completă, apa poate fi tratată cu substanțe chimice, respectîndu-se indicațiile de pe prospect.

Consumarea apei dezinfectate cu substanțe chimice se va face numai după aproximativ 30 de minute de la tratare.

C. Procedee de dezinfectare a apei

Apa impură este periculoasă pentru sănătatea omului, întrucît prin intermediul ei pot fi introduși în organism o serie de microbi, germeni ai dezinteriei, ai holerei și ai febrei tifoide. În cazuri excepționale apa impură se poate consuma, dar numai după ce a fost fiartă la 100°C cel puțin 1 minut (obișnuit 10 minute) sau prin folosirea tabletelor pentru dezinfectarea apei.

Pastilele folosite la dezinfectarea apei au la bază unii halogeni ca : iod, brom, clor. O astfel de pastilă este un amestec format din aproximativ 4 părți de bromură de potasiu și o parte de bromit de sodiu. Cu o pastilă de aproximativ 1,5 grame se pot dezinfecta circa 20 l apă în 15 minute. Pastilele care au la bază sărurile de iod sînt compuse obișnuit din 0,1 grame de iodură de potasiu și 0,0106 grame de iodură de sodiu. Unele pastile formate din compuși organici ai iodului asociați cu acid tartric prezintă avantajul că se dizolvă mai ușor în apă, eliberează iodul într-un interval de timp mai scurt și sînt stabile la depozitare timp îndelungat.

În afara pastilelor menționate, pentru dezinfectarea apei se poate utiliza și tinctura de iod în proporție de 1-2 picături la un litru de apă.

Dezinfectarea apei se mai poate realiza și cu clorură de var sau cloramină. De regulă o pastilă de cloramină conține 6 mg substanță clorurantă, cu care se poate dezinfecta 1 litru de apă.

Și hipermanganatul de potasiu poate fi utilizat la dezinfectarea apei. Pentru dezinfectarea unui litru de apă se folosește 0,06 g, iar distrugerea agenților

patogeni se face în 10-15 minute de la dizolvarea în apă.

Pentru dezinfectarea apei se pot folosi și amestecuri formate din hipermanganat de potasiu, bioxid de magneziu, talc și carbonat de calciu. Pentru dezinfectarea a doi litri de apă se folosește o pastilă care conține : 0,12 g hipermanganat de potasiu, 0,1 g bioxid de magneziu, 0,54 g talc și 0,04 g carbonat de calciu.

D. Păstrarea și transportul apei

Pot fi situații în care procurarea apei să constituie o problemă deosebit de dificilă. În vederea evitării lipsei de apă, mai ales atunci cînd se întrevede ca staționarea să se execute un timp îndelungat în raioane fără surse de apă, este necesar să se ia toate măsurile pentru asigurarea unei cantități de apă ca rezervă.

Ea se poate păstra în conteinere curate, vase de diferite forme și capacități, gropi căptușite cu diferite țesături impermeabile, saci confecționați din material plastic etc.

Transportul apei se poate face cu ajutorul mijloacelor uzuale (bidoane, sticle, burdufuri) sau improvizate (cutii de conserve, saci din material impermeabil, din material plastic, piei de vită, foi de cort și chiar confecționate din diferite fructe, plante etc. — dovleci, pepeni, bambus, trestie, soc etc.).

VII

PROCURAREA, CONFECȚIONAREA ȘI FOLOSIREA ECHIPAMENTULUI IMPROVIZAT

1. PROCURAREA MATERIALELOR

Materialele necesare pentru confecționarea echipamentului improvizat se pot procura în funcție de situațiile în care se găsesc militarii și de posibilități. În general se pot procura și folosi următoarele materiale :

a) prelatele, husele și materialele cu care sînt tapisate scaunele și canapelele, precum și alte materiale textile și de pielărie care se găsesc la avioanele și autovehiculele avariate pe cîmpul de luptă ;

b) parașutele și ambalajul unor materiale parașutate ;

c) echipamentul, ranițele, foile de cort etc., rămase de la militarii decedați sau găsite în raioanele de staționare a trupelor sau unde au avut loc acțiuni de luptă ;

d) pături, cojoace, lenjerie de corp și de pat și alte materiale care se găsesc la cabane turistice, stîni, cantoane (silvice și de cale ferată), în localitățile părăsite de populație, în peșteri etc. ;

e) materialele de echipament găsite în diferite depozite părăsite ;

f) blana și pieile animalelor domestice sacrificate pentru asigurarea hranei, precum și a animalelor sălbatice vînate ;

g) tulpinile și capsulele din culturile de in, cînepă și bumbac;

h) fulgii păsărilor, paiele, frunzele uscate, fînul, cîlții, mușchii copacilor, hîrtia și alte materiale găsite sau procurate.

2. CONFECȚIONAREA ECHIPAMENTULUI IMPROVIZAT

a) Din prelate se pot confecționa ranițe, saci, corturi individuale. Curelele pentru port pot fi improvizate din resturi de chingi sau confecționate din același material. La nevoie se pot folosi și sfori mai groase.

Cortul individual poate fi realizat din 2-3 foi de cort sau în lipsa acestora se pot întrebuința o bucată de prelată, pînză din parașută, material plastic sau alt material care se găsește la îndemînă.

Bucăți din prelată sau foi de cort se mai pot folosi ca așternut și chiar pentru învelit.

b) Din huse și materialul plastic de la scaune se pot confecționa ranițe, saci, sandale și bocanci improvizați, după imaginația fiecăruia. Fețele bocancilor se confecționează după posibilități din două sau mai multe bucăți. Talpa poate fi din lemn sau luată de la alți bocanci care au fețele degradate.

c) Materialele subțiri găsite în avioanele și autovehiculele avariate pot fi folosite la confecția cămășilor, indispensabililor, obielelor și altor articole de lenjerie. Cel mai simplu sistem pentru croirea și confecționarea unei cămăși este dublarea țesăturii în mărimea dorită. Se cos părțile laterale și partea de

[illegible], după care se taie deschizăturile pentru cap și mîneci.

d) Din componentele parașutei se pot confecționa diferite articole de îmbrăcăminte și încălțăminte, ca: combinezoane, pelerine de ploaie, cămăși, obiele, diferiți papuci și altele.

Tot din pînza parașutei sau din alte țesături se pot confecționa saci de dormit. Sistemul de confecționare a acestora este simplu. Se confecționează 2 saci de mărimi diferite, care apoi se introduc unul într-altul. Primul trebuie să aibă lungimea egală cu înălțimea unui om, iar lățimea de 80-100 cm (funcție de grosimea militarului care-l folosește). Al doilea sac va fi mai mic, avînd lungimea și lățimea cu 10-15 cm mai mică decît primul. Se introduce sacul cel mic în cel mare, se pun în spațiul dintre saci lînă, vată, fulgi sau alte fibre (la nevoie chiar deșeuri de materiale, fîn, paie, mușchi uscat etc.), care se așază într-un strat egal pe toată suprafața. Fixarea acestora între cele două părți ale sacului de dormit se face printr-o matlasare simplă sau o ciupire la fel ca la saltea. Gura sacului se îndoaie sub formă de tiv, prin care se introduce un șiret sau o sfoară pentru strîngere.

e) Blana ovinelor și cabalinelor se folosește pentru confecționarea unor veste îmblănite sau în cazul cînd se dispune de mai multe piei se pot căptuși (îmblăni) mantalele, scurtele etc.

De asemenea, se mai pot confecționa cojoace pentru dormit pe timp de iarnă, cizme sau bocanci îmblăniți.

Blana animalelor sălbatice se folosește în mod asemănător ca și blana animalelor domestice.

Pielea animalelor domestice sacrificate sau a animalelor sălbatice vînate trebuie frămîntată cu mîna, presărată cu sare și apoi uscată la soare, vînt, aer liber sau foc.

După uscare, pielea trebuie afumată pentru ca în contact cu apa să nu putrezească. Din aceasta se pot confecționa bocanci, cizme, sandale sau alte articole de echipament, care se căptușesc, în funcție de posibilități și de anotimp, cu blană sau pînză.

f) Materialele de echipament găsite la cabane turistice, cantoane, stîni, peșteri sau în localitățile părăsite de populație etc. se folosesc așa cum sînt sau se pot confecționa din ele articolele necesare de echipament improvizat.

g) Tulpinile de in și cînepă prelucrate pot fi folosite în bune condiții la confecționarea diferitelor obiecte. După topire și uscare se înlătură partea lemnoasă, iar din fuiorul rezultat pot fi împletite sfori, funii etc.

În cazul cînd în regiunea unde se află militarul se găsesc culturi de bumbac, puful din capsulele coapte poate fi adunat și folosit pentru vătuirea echipamentului (pe timp de iarnă) sau căptușirea sacilor de dormit etc.

h) Fulgii păsărilor, paiele, fînul, frunzele uscate, cîlții, mușchii copacilor etc. se pot folosi, de asemenea, ca materiale de umplutură pentru sacii de dormit, perne, saltele, ca simplu așternut sau alte întrebuințări.

i) Din materialul plastic transparent, procurat de la avioanele sau mașinile avariate în timpul luptei, se pot improviza ochelari de soare.

3. FOLOSIREA ECHIPAMENTULUI IMPROVIZAT

a) Problema principală pe care o ridică supraviețuirea pe timp de iarnă este asigurarea unui echipament adecvat (gros, călduros, impermeabil, lejer, uscat și curat), care să protejeze corpul împotriva intemperiilor.

Părțile expuse cel mai frecvent intemperiilor sînt mîinile și picioarele. Pentru a înlătura pericolul eventualelor degerături este necesar ca protecția lor să fie asigurată în permanență.

Încălțămintea trebuie să fie suficient de largă pentru a permite îmbrăcarea a două perechi de ciorapi și a obielelor. De asemenea, în bocanci se pot introduce iarbă uscată, paie, mușchi, fulgi, hîrtie etc.

Din lipsă de încălțăminte, la nevoie se pot confecționa bocanci sau cizme din paie împletite sau din blană, care se poartă numai cînd zăpada este înghețată.

În afară de încălțăminte, hîrtia mai poate fi introdusă între corp și cămașă, pentru a absorbi transpirația și a feri corpul de răceală.

Din hîrtie se pot confecționa glugi, măști pentru protecția feței și veste care să fie îmbrăcate pe sub veston.

Vata, cîlții, lîna și alte fibre se folosesc în general pentru căptușirea echipamentului sau improvizarea unor veste matlasate care se poartă sub veston.

b) Transportarea unor obiecte (lucruri) se poate face :

— cu ajutorul sacilor și al ranițelor improvizate ;

— prin împachetarea lor în voalura parașutei, în bucăți de prelată, în foi de cort etc.

Funcție de obiectele de transport, împachetarea se face în așa fel, încît să permită o deplasare cît mai ușoară și comodă. În acest scop, materialele se vor împacheta într-unul sau mai multe colete, astfel ca așezarea lor să nu incomodeze pe supraviețuitor. De asemenea, se va avea în vedere ca obiectele dure să fie așezate în partea de jos, iar cele fragile, în partea de sus a pachetelor așezate în formă de sul. Din chingile parașutei sau diferite curele se improvizează hamul de care se prind pachetele și care se fixează pe umerii și pieptul supraviețuitorului. Chingile între ele se leagă cu suspante în așa fel încît să nu formeze noduri proeminente, care ar putea produce eroziuni.

Celelalte materiale arătate la punctele 1 și 2 se folosesc în funcție de situație.

Important de reținut este faptul că în asemenea împrejurări, supraviețuitorii trebuie să dea dovadă de multă fantezie și de îndemînare în improvizarea mijloacelor respective, deoarece în acest domeniu nu se pot indica rețete tip de aplicare întocmai a unor procedee.

VIII

ALIMENTELE DE ORIGINE VEGETALĂ CARE POT FI FOLOSITE PENTRU A SUPRAVIEȚUI

Pot fi situații în care supraviețuitorul să nu dispună de alimente în cantitatea necesară unei hrăniri normale. În astfel de cazuri hrănirea va trebui să ia aspectul unui regim combinat, atît cu alimente preparate, existente asupra sa, cît și folosind diferite plante (fructe) comestibile existente în zonă, vînat sau pescuit. Acest lucru impune ca rațiile de alimente de care dispune supraviețuitorul să fie economisite la maximum.

În ceea ce privește hrana vegetală sau animală necesară a fi procurată din zonă, ea va depinde în concret de natura regiunii (relief, climă, timp) și de alți factori care favorizează creșterea și popularea acesteia cu astfel de plante și animale.

De regulă, plantele sînt mai răspîndite decît animalele și în acest caz este recomandabil ca primul loc în hrana supraviețuitorului să-l ocupe plantele și aceasta cu atît mai mult, cu cît ele asigură organismului și vitaminele necesare.

Plantele care se pot utiliza în hrănire pot fi cultivate sau sălbatice.

Plantele cultivate sînt în general bine cunoscute și constituie surse bogate de hrană. Spicele culese din

cîmpurile cu cereale pot fi consumate crude, preparate sau uscate.

Spre exemplu : cartofii, sfecla, varza, mazărea, ardeii, roşiile, castraveţii, morcovii şi ridichiile se pot mînca de asemenea crude sau preparate. Se recomandă însă ca să fie curăţate de coaje şi spălate, pentru a se elimina pericolul infectării cu microorganismele provenite din anumite îngrăşăminte.

În ceea ce priveşte plantele sălbatice, este bine ca supravieţuitorul să posede minimum de cunoştinţe pentru a şti să facă deosebire între plantele toxice şi cele comestibile. În acest sens enumerăm mai jos cele mai obişnuite rădăcinoase şi buruieni comestibile ce se pot întîlni în mod frecvent.

1. RĂDĂCINI ŞI TUBERCULI

Cerenţelul (fig. VIII 1) are frunzele late, tăiate în trei locuri, şi cu două aripioare la bază, iar florile sînt mici, de culoare galbenă, aşezate în vîrful ramurilor.

Creşte în păduri, tufişuri şi locuri umbroase, pe lîngă ziduri, şanţuri şi pe terenuri pietroase.

Rădăcina scoasă primăvara sau toamna se poate folosi la supe.

Se pot folosi şi frunzele verzi, dar înainte de înflorire.

Chimionul (fig. VIII 2) este o mică plantă ierbacee, cu flori mici albe-liliachii, cu fructe comestibile aromatice. Creşte pe cîmp, îndeosebi în pămînt nisipos, pe marginea drumurilor, pe terasamente de cale ferată, drumuri de munte etc. Este asemănător cu morcovul şi înfloreşte în lunile mai şi iunie.

Fructul poate fi folosit la prepararea de supe, ceaiuri, la condimentarea unor alimente cît şi la aromarea unor băuturi.

Rădăcina, de asemenea, dacă este scoasă primăvara sau toamna şi fiartă în apă sărată, poate fi consumată ca salată, în supe sau în mîncăruri.

Cicoarea (fig. VIII 3) creşte pe marginea drumurilor, şanţurilor, pe ogoarele necultivate, pe păşuni şi în locuri însorite, este o plantă înaltă, cu rădăcini groase şi flori marginale mari.

Înfloreşte din iulie pînă în octombrie. Frunzele tinere pot fi folosite la salată, supă sau mîncăruri, înlocuind spanacul.

Din rădăcina scoasă în luna septembrie se poate face salată, supă şi chiar mîncare, dacă mai întîi este fiartă. De asemenea, rădăcinile servesc la prepararea surogatului de cafea.

Păpădia (fig. VIII 4) este o plantă foarte răspîndită. Se găseşte prin pajişti, la marginea drumurilor, pe şanţuri, pînă în regiunile subalpine.

Frunzele formează o rozetă culcată aproape pe suprafaţa solului.

Florile sînt de culoare galbenă şi înfloreşte din aprilie pînă în octombrie.

Frunzele pot fi consumate sub formă de salată.

De asemenea, rădăcina scoasă primăvara sau toamna se taie în felii subţiri şi se face salată sau se pune în supă.

Păstîrnacul (fig. VIII 5) este o plantă înaltă, cu tulpina ramificată, frunze mari, iar florile grupate în umbrele compuse.

Înfloreşte în iulie-august, iar fructele au o formă lat elipsoidală, creşte pe cîmpii puţin umede, pe mar-

ginea șanțurilor și a drumurilor, prin pășuni și semănături pînă în regiunea montană inferioară.

Rădăcina scoasă toamna sau iarna este foarte bună pentru salată sau pentru supă.

Întrucît rădăcina păstîrnacului sălbatic are o aromă mai puternică decît a păstîrnacului cultivat, se recomandă ca înainte de întrebuințare să fie bine spălată cu apă fierbinte și sărată.

Țîța caprei (fig. VIII 6) crește pe cîmpuri umede și la marginea drumurilor, în poieni, pe lîngă tufișuri. Înflorește din mai pînă în iulie.

Este plantă cu suc lăptos, cu tulpină simplă și uneori ramificată, iar frunzele în formă liniară.

Din rădăcina scoasă toamna se poate prepara salata.

Din rădăcină și cocean, folosite atunci cînd planta încă nu este înflorită, se face o mîncare foarte gustoasă.

2. FRUCTE, BACE, BOABE

Foarte multe din fructele cunoscute există și în stare sălbatică, dar ele nu prezintă nici o dificultate în identificare. Dintre acestea se pot enumera : castanele, jirul, fragii, merele sălbatice, murele, căpșunile, moșmoanele, alunele, perele, prunele și cireșele.

O serie de alte fructe, care în mod obișnuit sînt neglijate, prezintă un interes deosebit pentru supraviețuitori, ca de exemplu : afinele, merișoarele, bacele roșii de sparanghel, păducelul (arbust spinos cu flori albe și fructe globulare roșii), ghinda, fructele de soc (negre sau roșii), grăunțele de la baza solzilor fructului de pin ș.a.



Fig. VIII. 1. Cerențelul



Fig. VIII. 2. Chimionul



Fig. VIII. 3. Cicoarea



Fig. VIII. 4. Păpădia



Fig. VIII. 5. Păstîrnacul



Fig. VIII. 6. Țîța caprei



Fig. VIII. 7. Bănuții



Fig. VIII. 8. Bobornicul



Fig. VIII. 9. Busuiocul săl



Fig. VIII. 10. Cebareea



Fig. VIII. 11. Cresonul



Fig. VIII. 12. Crușatea



Fig. VIII. 13. Fetica



Fig. VIII. 14. Hameiul



Fig. VIII. 15. Iarba grasă



Fig VIII. 16. Limba mielului



Fig. VIII. 17. Măcrișul



Fig. VIII. 18. Năstureiul



Fig. VIII. 19. Răscoagele



Fig. VIII. 20. Ridichea sălbatică



Fig. VIII. 21. Silnicul



Fig. VIII. 22. Sugelul alb



Fig. VIII. 23. Tătăneasa



Fig. VIII. 24. Traista ciobanului



Fig. VIII. 25. Untişorul



Fig. VIII. 26. Ciuperci comestibile :

1 – mînătarcă; *2* – păstrăv; *3* – burete șerpesc; *4* – burete cu perucă; *5* – burete galben; *6* – mînătarcă; *7* – creasta cocoșului; *8* – burete de stejar; *9* – ghebe; *10* – sbîrciog; *11* – burete de mai; *12* – urechea-babei; *13* – ciupercă de bălegar



Fig. VIII. 27. Ciuperci necomestibile și veninoase :

1 – burete de tîrș; *2* – ciupercă albă; *3* – burete pestriț; *4* – hrib țigănesc; *5* – burete puturos; *6* – gogoașă; *7* – buretele cerbilor; *8* – băloșel; *9* – bureți poroși

3. FRUNZE, MLĂDIȚE ȘI MUGURI TINERI

Bănuții (fig. VIII 7) cresc prin fînețe, livezi și pășuni. Au o înălțime de aproximativ 15 cm. Florile sînt albe, trandafirii și în mijloc galbene.

Înfloresc din aprilie pînă în septembrie.

Din frunze se prepară supe și salate, în special în amestec cu alte buruieni comestibile.

Bobornicul (fig. VIII 8) este o plantă cu tulpina înaltă, groasă și găunoasă, crește prin locuri umede (mlaștini, pîraie) și pe malul apelor. Are flori micuțe, albastre. Înflorește din mai pînă în septembrie.

Frunzele se folosesc ca salată, amestecate cu alte plante, sau în mîncăruri înlocuind frunzele de spanac, fiind tot atît de gustoase și bogate în acid ascorbic.

Busuiocul sălbatic (fig. VIII 9) crește pe cîmpii și pășuni, ogoare necultivate și la marginea pădurilor.

Înflorește din iunie pînă în septembrie.

Frunzele tinere, adunate înainte de înflorire, se folosesc în pregătirea salatelor, la un loc cu alte buruieni.

Cebareea (fig. VIII 10) crește pe coasta dealurilor, la liziera pădurilor și în tufișuri.

Frunzele adunate din luna martie și pînă în luna iunie se folosesc drept condiment în supe și ciorbe.

Cresonul (fig. VIII 11) se cultivă obișnuit pentru frunzele lui comestibile. Planta neînflorită se folosește la salată, sau ca adaos la salate făcute din alte buruieni, în supe sau în mîncăruri.

Crușatea (fig. VIII 12) crește peste tot, în special prin locurile umede, pe marginea șanțurilor și a rîurilor. Este o plantă erbacee, cu flori galbene-cenușii și cu frunze amărui, comestibile.

În zilele de iarnă fără zăpadă se taie frunzele proaspete, înainte de înflorire, și se consumă ca legumă, înlocuind spanacul la mîncare.

Fetica (fig. VIII 13) este o buruiană mică cu flori albe-albăstrui care crește în locuri cultivate și în locuri umede. Înflorește din aprilie pînă în iunie.

Frunzele tăiate se vor lăsa pînă a doua zi cînd foarte bine spălate se pot consuma la ciorbe, supe sau salate.

Hameiul (fig. VIII. 14) crește și sălbatic, în tufișuri, pe lîngă garduri și pe malurile rîurilor. Este o plantă agățătoare, cu flori verzui ale cărei semințe aromatice și amare pot fi întrebuințate și la fabricarea berei.

Înflorește din iunie pînă în august.

Vlăstarele tinere sînt foarte gustoase și se pot folosi la supe și mîncăruri.

Iarba grasă (fig. VIII. 15) crește de obicei prin locuri nisipoase.

Înflorește din iunie și pînă în august și chiar septembrie.

Frunzele și vlăstarele tinere adunate înainte de înflorirea plantei sînt foarte bune pentru salate sau chiar în supe, borșuri și ciorbe.

Limba mielului (fig. VIII. 16) crește, fie cultivată, fie sălbatică.

Frunzele tinere au gust de castravete și sînt foarte bune pentru salată.

Și florile sînt bune de pus în orice fel de mîncare.
Înflorește din iunie pînă în septembrie.

Măcrișul (fig. VIII. 17) se găsește cu ușurință prin fînețe, lunci, pînă în regiunea montană.

Frunzele au un gust plăcut, acru răcoritor.

Din frunzele tinere adunate primăvara și toamna se pot face salată, supă sau alt fel de mîncare. Din cauza gustului acru este bine ca frunzele să fie consumate împreună cu alte plante.

Năsturelul (fig. VIII.18) este o plantă mică, verde sau roșiatică, cu frunzele ca de pelin, avînd în vîrful ramurilor numeroase flori mici, albe, care înfloresc pînă toamna tîrziu.

Este întrebuințată ca salată.

Are proprietăți diuretice și antiscorbutice.

Din primăvară și pînă în toamnă vlăstarele tinere neînflorite pot fi folosite pentru salată sau pot fi puse în mîncăruri, înlocuind spanacul.

Răscoagele (fig. VIII. 19) crește în locurile bine încălzite de soare, însă cu suficientă umezeală, cum ar fi luminișurile de pădure, diguri și dealuri nisipoase.

Vlăstarele tinere din primăvară se pot întrebuința ca salată, sau legume pentru pus în mîncare.

Din frunze se pot face salate sau supe.

Ridichea sălbatică (fig. VIII. 20) crește prin locuri cultivate și necultivate, prin răzoare, pe marginea drumurilor. Nu trebuie asemănată cu muștarul de cîmp de care se deosebește prin aceea că este mai ramificată, la vîrf, iar frunzele de la bază sînt crestate.

Înflorește în lunile iunie-iulie.

Frunzele adunate înainte de înflorire, singure sau amestecate cu alte buruieni, se folosesc la supă, salată sau înlocuiesc în mîncăruri spanacul.

Silnicul (fig. VIII. 21) este o plantă micuță, tîrîtoare, cu frunzele rotunde și crestate pe margini.

Frunzele frecate între degete lasă un miros plăcut, asemănător cu cel de lămîie. Creşte prin păduri, tufărişuri, fîneţe, locuri umbrite şi umede şi pe malul apelor pînă la regiunile subalpine.

Înfloreşte din martie pînă în iunie.

Frunzele se adaugă la salatele făcute din alte plante, la supe sau înlocuieşte spanacul. Se poate face salată numai din frunze.

Sugelul alb (fig. VIII. 22) creşte aproape peste tot, pe lîngă drumuri, pe răzoare, prin tufişuri, pe lîngă ziduri etc.

Înfloreşte din mai pînă în octombrie.

Frunzele se aseamănă foarte mult cu urzica adevărată, dar nu sînt urzicătoare.

Culese, ele se pot adăuga în mîncărurile care se prepară şi mai cu seamă în cele gătite cu sos.

Tătăneasa (fig. VIII. 23) este o plantă cu frunze mari, late şi lungi, ascuţite la vîrf, cu flori roşiatice sau albe. Creşte pe cîmpii, în locuri umede, în şanţuri, pe malul rîurilor şi la marginea pădurilor.

Înfloreşte din mai pînă în iulie.

Frunzele tăiate primăvara pot fi folosite ca salată şi legume. Se pot pune în supă şi în mîncăruri, înlocuind spanacul, fără a se adăuga şi alte plante.

Traista ciobanului (fig. VIII.24) este o plantă mică cu rădăcina pivotantă.

Creşte în grădini şi pe marginea drumurilor.

Înfloreşte din martie pînă tîrziu în octombrie.

Frunzele tinere şi fragede, amestecate cu alte frunze de buruieni, pot fi folosite în supe, mîncăruri sau salate.

Untişorul (fig. VIII. 25) are frunze verzi, cu un luciu metalic.

Creşte în locuri umede şi umbroase, în tufişuri, la marginea pădurilor şi pe păşuni.

Înfloreşte din martie şi pînă în mai.

Frunzele tinere adunate înainte de înflorire sînt foarte gustoase şi pot fi folosite la salată, în supe sau ciorbe, amestecate şi cu alte buruieni. În mîncăruri poate înlocui foarte bine spanacul.

Detalii a se vedea la anexa nr. 1.

4. CIUPERCILE

Ciupercile sînt plante care fac parte dintr-una din principalele încrengături ale regnului vegetal şi cuprind specii numeroase şi variate.

Din cele cîteva sute de soiuri de ciuperci sălbatice, 98% sînt comestibile. Totuşi, pentru a evita îmbolnăvirile, supravieţuitorul trebuie să posede unele cunoştinţe care să-l ajute în recunoaşterea acelora care pot fi folosite pentru mîncare.

În culegerea şi pregătirea lor pentru consum trebuie să se aibă în vedere următoarele :

— să nu se culeagă ciuperci cu valvă (cu inel sau colier la partea superioară a piciorului, de forma unei jumătăţi de coajă de ou) ;

— să se înlăture toate ciupercile bătrîne sau viermănoase, precum şi cele prea tinere, care pot fi identificate cu greu şi există o cît de mică îndoială ;

— să nu se recolteze ciuperci necunoscute ;

— ciupercile destinate pentru consum să se frigă în mod obligatoriu.

Speciile de ciuperci comestibile cele mai obişnuite sînt : mînătărcile cu mulţi pori pe faţa inferioară a

pălăriei, trufele (subterane), ciupercile sub formă de gogoși aproape rotunde de culoare albă sau cafenie, bureții sub formă de cupă de coral sau spongioși. În fig. VIII. 26 se prezintă o parte din ciupercile care sînt cel mai frecvent folosite în consum.

Există însă și ciuperci care conțin otrăvuri puternice ce pot provoca moartea consumatorilor. De exemplu, bureții pestriți, care au pălăria roșie cu pete albe.

Dar culoarea nu constituie întotdeauna un indiciu sigur pentru deosebirea ciupercilor comestibile de cele otrăvitoare.

Ciupercile toxice mai pot fi recunoscute și după gustul și mirosul lor, care în general este neplăcut.

În fig. VIII. 27 se prezintă o parte dintre ciupercile necomestibile și veninoase.

Detalii a se vedea la anexa nr. 2.

IX

PROCURAREA ALIMENTELOR DE ORIGINE ANIMALĂ

Pentru ca în organism să existe în permanență un echilibru privind vitaminizarea acestuia este necesar ca în consum, alimentele de origine vegetală să alterneze cu cele de origine animală. Hrana pregătită din alimente de origine animală este mult superioară din punct de vedere nutritiv, datorită conținutului bogat în proteine și grăsimi.

Trebuie reținut însă că, spre deosebire de hrana vegetală, cea animală ridică mult mai multe greutăți privind procurarea ei.

În condițiile de supraviețuire, cînd militarul este pus în situația să învingă o serie de greutăți în asigurarea hranei, el trebuie să cunoască și să știe că orice vietate care se tîrăște, înoată sau zboară poate constitui o sursă posibilă de hrană.

Animalele și mijloacele de prindere a acestora se pot clasifica astfel :

— **mamifere comestibile** : iepurele, căprioara, mistrețul, cerbul, capra sălbatică, șobolanul, șoarecele etc. **Mijloacele de prindere** cele mai indicate sînt: lațul, instalat prin locurile de trecere a acestora, plasa și prin împușcare ;

— **păsările** — toate sînt comestibile : fazanul, mierla, rața, ciocîrlia, bocața, gaița, sitarul, potîrnichea, porumbelul sălbatic etc. **Se prind** cu : lațuri, capcane sau cu clei. De asemenea trebuie reținut că toate ouăle de păsări sînt comestibile ;

— **peștii și crustaceele** — toți sînt comestibili. **Prinderea** lor se face cu: undița, plasa, năvodul, sticla și chiar cu mîna etc. ;

— **moluștele, broaștele și reptilele** sînt comestibile, însă trebuie preparate cu grijă, deoarece sînt foarte ușor alterabile. **Broasca** rîioasă este comestibilă, cu condiția să fie jupuită cu grijă, deoarece pielea ei conține glande veninoase. **Șerpii** sînt comestibili, în special cei de apă. Șerpii veninoși (viperele) pot fi mîncați dacă li se taie capul pentru a li se înlătura glandele cu venin. **Prinderea** lor se poate face cu plasa sau cu mîna ;

— **insectele** pot constitui de asemenea bune surse de hrană.

1. MODUL DE FOLOSIRE A MIJLOACELOR IMPROVIZATE PENTRU PRINDEREA MAMIFERELOR ȘI A PĂSĂRILOR

Capcanele întrebuințate în mod frecvent sînt cele căzătoare și sub formă de arc cu momeală (fig. IX. 1).

Pentru a instala o capcană trebuie mai întîi să se ia toate măsurile pentru a înlătura orice miros susceptibil care poate îndepărta animalele de acest loc. Capcana se spală cu apă clocotită sau cu leșie din cenușă de lemn, se clătește bine de mai multe ori, apoi se ascunde sub un strat de frunze uscate. Orice manipulare a ei se va face numai cu ajutorul unor

bețișoare sau cu mîinile, în prealabil frecate cu ierburi mirositoare.

La instalarea unei capcane trebuie să se respecte următoarele reguli :

— efectuarea de cît mai puține modificări în mediul în care se acționează ;

— pregătirea capcanei să se facă mai departe de locul de amplasare ;

— capcana trebuie instalată de regulă pe înserat, înainte de lăsarea întunericului ;

— capcana trebuie ancorată de un punct fix (copac, rădăcină, buturugă, bolovan etc.) ;

— momeala, pregătită în aceleași condiții ca și capcana, trebuie pusă numai după ce capcana a fost instalată. Pentru ca animalul să fie obișnuit cu prezența hranei în locul respectiv, cu 2—3 zile înainte de instalarea cursei va fi pusă momeala în acest loc.

Ca **momeală** pot fi utilizate **plante, legume, carne**, astfel :

— varză, sfeclă, trifoi, lucernă, morcovi etc. — pentru iepuri, căprioare, cerbi ;

— prune uscate, nuci, alune, castane etc. — pentru veverițe ;

— momeală vie, struguri, ouă, păsări — pentru vulpi, urși etc.

Supraviețuitorul va trebui întotdeauna să știe să confecționeze din mijloace rudimentare o capcană cît mai eficace.

Unul din **mijloacele** care pot fi cel mai ușor confecționate este considerat **lațul** (fig. IX.2), deoarece materialele necesare ca: sforile (frînghiile) de in sau de cînepă, părul de cal împletit, sîrma și cablul me-

talic (fier, cupru, alamă), sfoara de nailon pot fi procurate cu mai multă ușurință.

Păsările se vînează relativ mai ușor, cu **plase** de diferite feluri și cu **lațul.** Ele se lasă tentate ușor de momeli ca : lăcuste, viermi, semințe, boabe de cereale etc.

O altă metodă de prindere a păsărilor constă în **ungerea cu clei** a unor bețișoare din ulm, răchită sau mesteacăn, lungi de 10—12 cm și în plasarea lor pe sol împreună cu momeala. Bețișoarele se lipesc de aripile păsărilor, care nu mai pot zbura, putînd fi astfel prinse.

Cleiul se mai poate folosi și în cornete de hîrtie sau carton înfipte în pămînt, după ce în prealabil au fost presărate cu momeală. Pasărea își introduce ciocul în cornet, iar acesta rămîne lipit de capul său, fără a-i permite să vadă direcția în care să zboare. Procedeul este indicat îndeosebi pentru prinderea fazanilor și a potîrnichilor.

Un astfel de clei se poate obține prin fierberea ramurilor și a cojii de rășinoase.

2. METODE ȘI PROCEDEE DE PESCUIT

Pescuitul se poate practica prin mai multe metode, acest lucru depinzînd în primul rînd de mijlocul posibil a fi improvizat în acest scop.

În continuare se prezintă parte din metodele și procedeele de pescuit cele mai folosite :

— **cu sticla** (o sticlă cu fundul conic și spart, cu gîtul astupat se scufundă în apă și cu ajutorul unui dispozitiv se menține orizontal). Momeala introdusă în

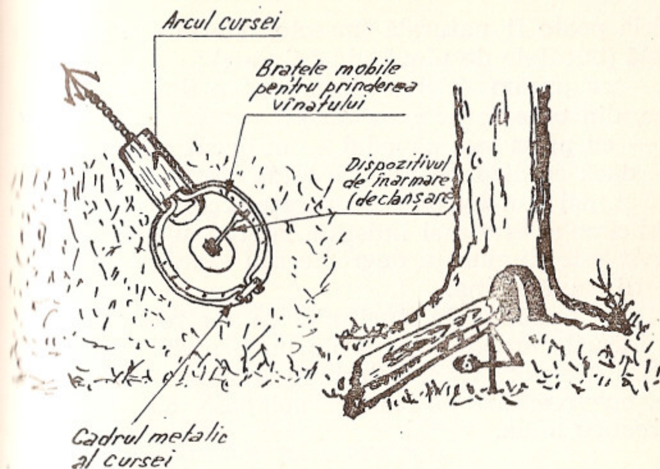


Fig. IX. 1. Capcană

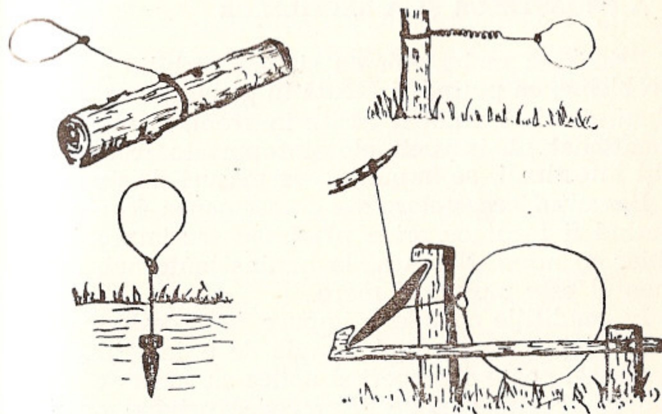


Fig. IX. 2. Unele modele de lațuri

sticlă poate fi naturală (insecte, viermi) sau artificială (bucăţele de pînză viu colorate) ;

— **cu undiţa** (cîrlige improvizate din sîrmă sau ace, din oase sau lemne tari) ;

— **cu plasa sau năvodul** — mijlocul cel mai sigur —, dacă se dispune de aşa ceva.

Cel mai bun loc de pescuit este acolo unde apa are adîncime şi este mai liniştită, iar timpul cel mai potrivit este dimineaţa devreme sau seara tîrziu, cînd peştii caută hrana.

Racii se găsesc în rîuri mici cu apa rece, mai ales în locurile umbroase şi acolo unde malurile au scobituri. Se pot prinde folosindu-se momeala din carne, cu vreascuri de ramuri spinoase, cu plasa sau direct cu mîna.

3. METODE DE PRINDERE A MOLUŞTELOR, A BROAŞTELOR ŞI A REPTILELOR

Prinderea moluştelor cu şi fără cochilie nu pune probleme, ea putînd fi făcută în general cu uşurinţă. După ploaie ele pot fi găsite în gropi, în vii etc. De menţionat că, întrucît ele sînt purtătoare de paraziţi intestinali, se impun unele măsuri de precauţie.

Pescuitul broaştelor este de asemenea foarte uşor, putînd fi făcut cu orice plasă sau sac improvizat şi chiar cu mîna. Noaptea, la lumina lanternei, randamentul este mult mai mare.

În condiţiile complexe impuse de necesitatea de a supravieţui, omul, dînd dovadă de o imaginaţie ingenioasă, poate descoperi şi aplica cu succes o multitudine de alte metode şi procedee privind procurarea şi asigurarea strictului necesar pentru a trăi.

X

CELE MAI IMPORTANTE PLANTE MEDICINALE. ÎNTREBUINŢAREA ŞI CONSERVAREA LOR

În majoritatea cazurilor, supravieţuitorul nu poate conta pe nici un ajutor din afară. În această situaţie el trebuie să posede un minimum de cunoştinţe, care să-i dea posibilitatea să supravieţuiască. Din domeniul acestor cunoştinţe fac parte şi cunoaşterea şi folosirea plantelor medicinale.

Înainte de a le folosi, supravieţuitorul trebuie să ţină seama de următoarele :

— plantele medicinale vor fi adunate şi uscate şi numai după aceea se va trece la întrebuinţarea lor ;

— folosirea lor se va face numai sub formă de ceaiuri şi în cantităţi nu prea exagerate ;

— prepararea ceaiului se face fierbînd 1—2 linguri de plante în 1/2 litru apă ;

— strecurarea se poate face prin tifon, vată, pînză etc. ;

— ceaiul ca medicament se ia cîte o lingură la 1—2 ore sau dimineaţa şi seara cîte o ceaşcă ;

— ca băutură la masa de prînz se poate folosi în cantităţi mai mari ceaiul de mentă, muşeţel etc.

În cele ce urmează vom prezenta o serie de plante medicinale (parte deja cunoscute) care pot fi folo-

site în bune condiții la tratarea diferitelor boli ce apar pe timpul supraviețuirii.

Afinele (fig. X. 1) cresc în regiunea muntoasă și subalpină. Înfloresc în lunile mai-iunie și fac o floare palid rozee. Fructele sînt mici și de culoare albastră-vineție. Frunzele și fructele uscate sînt indicate a fi folosite îndeosebi în cazul unor boli de rinichi, bronșite și diaree.

Arnica (fig. X. 2) crește în pajiștile din regiunea muntoasă și subalpină. Are o tulpină de 20—70 cm și înflorește din mai pînă în iulie. Florile sînt de culoare galben-portocalie, iar fructele sînt negricioase.

Se folosesc atît florile, frunzele, cît și rădăcinile înainte de înflorire. Ceaiul preparat din frunze, flori sau rădăcini se folosește împotriva gastritelor, a grețurilor și a catarului intestinal, precum și ca gargară împotriva durerilor de gît (angine, amigdalite etc.).

Ciuboțica cucului (fig.X. 3) crește în păduri luminoase, la liziera pădurilor și pe coasta dealurilor, cu flori galbene mirositoare. Înflorește din martie pînă în iunie.

Se poate folosi planta întreagă. Ceaiul este indicat în : bronșite, boli de rinichi și vezică, reumatism, gută (boală pricinuită de depunerea acidului uric la încheieturi și care se manifestă sub formă de umflături ale articulațiilor, însoțite de dureri violente) și constipație.

Cicoarea (fig. X. 4) crește pe marginea drumurilor, pe ogoarele necultivate, pe pășuni. Înflorește din iunie pînă în septembrie. Pentru ceai se folosește rădăcina. Ceaiul de cicoare se folosește în tratamentul

icterului, al durerilor de stomac, pentru stimularea poftei de mîncare și împotriva viermilor intestinali.

Cireșul sălbatic (fig. X.5) înflorește în aprilie-mai. Ceaiul se prepară din frunze și se folosește ca purgativ. Pentru ceai pot fi folosite și florile, în special împotriva grețurilor. Ceaiul din cozile cireșelor este folosit în bolile de rinichi și de ficat.

Coada calului (fig. X.6) crește în locuri umede, pe marginea apelor și pe coaste rîpoase. Înflorește în aprilie-mai.

Planta se poate folosi numai cînd este uscată. Ceaiul are aplicații locale în plăgi sîngerînde, ca hemostatic. Intern se folosește în afecțiuni ale rinichilor și ale vezicii.

Fragii (fig. X. 7) cresc în păduri, tufărișuri, locuri pietroase. Înfloresc din aprilie pînă în iunie.

Frunzele de fragi se culeg în timpul înfloririi.

Ceaiul se folosește împotriva diareei, în edeme, fiind calmant și diuretic.

Ienupărul (fig. X.8) este un arbust rășinos, cu frunzele totdeauna verzi și înflorește în aprilie-mai. Fructul este în formă de bobiță neagră-verzuie. Crește izolat în regiunea de dealuri.

Ceaiul de frunze de ienupăr este diuretic, bun pentru reumatism, gută, vezică biliară, rinichi, boli de piele și tuse.

Izma sau menta (fig. X. 9) este o plantă erbacee, cu frunzele dințate și florile trandafirii, are un miros tare și plăcut, crește de-a lungul drumurilor, în zăvoaie, în locuri umede și mlăștinoase.

Ceaiul din frunze de mentă se folosește în afecțiuni gastro-intestinale, boli de ficat, tuse și răgușeală.

Măceşul (fig. X.10) este un arbust de forma unei tufe, cu numeroase tulpini, lungi de 2—3 m, cu spini şi flori roşii, trandafirii sau albe şi cu fructe roşii. Creşte în păduri de foioase. Înfloreşte în mai-iunie. Ceaiul preparat din fructe uscate de măceşi se foloseşte în afecţiunile renale, tuse convulsivă şi împotriva viermilor intestinali. Fructele se pot consuma şi crude.

Mesteacănul (fig. X. 11) este un arbore cu scoarţă netedă şi albicioasă. Are frunzele rombice şi înfloreşte în aprilie-mai. Frunzele de mesteacăn se pot folosi din luna mai pînă în august. Coaja de mesteacăn poate fi folosită tot anul.

Ceaiul este indicat în afecţiunile hepatice, reumatism, edeme.

Micşuneaua sau panseluţa de cîmp (fig. X.12) este o plantă scundă, cu flori mari violacee sau albastre. Înfloreşte în iulie-august. Se pot folosi atît frunzele, cît şi rădăcinile uscate sau proaspete. Ceaiurile sînt indicate împotriva tusei şi în general a bronşitelor. Frunzele proaspete pot fi întrebuinţate ca pansament pe ulcere şi abcese.

Murele (fig. X.13) sînt tufe cu ramuri tîrîtoare şi cu ţepi, cu frunzele verzi şi în timpul iernii. Înfloresc în iulie-august. Frunzele se culeg pînă în luna septembrie. Ceaiul se foloseşte împotriva gripei, a enteritei, în bronşite, tuse, răguşeală (gargară), în dermatite (comprese şi băi).

Muşeţelul (romaniţa) (fig. X. 14). Ceaiul din florile de muşeţel se foloseşte în stimularea transpiraţiei şi în bolile de ficat, ca gargară în gingivite şi dureri de dinţi. Se poate folosi şi pentru băi sau comprese în tratarea rănilor.



Fig. X. 1. Afinele



Fig. X. 2. Arnica



Fig. X. 3. Ciuboțica cucului



Fig. X. 4. Cicoarea



Fig. X. 5. Cireșul sălbatic



Fig. X. 6. Coada calului



Fig. X. 7. Fragi



Fig. X. 8. Ienupărul



Fig. X. 9. Izma (menta)



Fig. X. 10. Măceşul



Fig. X. 11. Mesteacănul



Fig. X. 12. Micșuneaua
(Panseluța de cîmp)



Fig. X. 13. Murele



Fig. X. 14. Mușețelul (Romanița)



Fig. X. 15. Pătlagina



Fig. X. 16. Păpădia



Fig. X. 17. Podbalul



Fig. X. 18. Socul



Fig. X. 19. Tătăneasa



Fig. X. 20. Teiul păduret



Fig. X. 21. Smeura



Fig. X. 22. Vîscul

Pătlagina (fig. X.15) crește în locuri sărate, îndeosebi pe litoral. Înflorește din iunie pînă în septembrie și are o floare mică galbenă. Ceaiurile se folosesc împotriva afecțiunilor respiratorii, în guturai, tuse, cistite, colici, dezinterie.

Frunzele proaspete se folosesc în tratarea rănilor și arsurilor.

Păpădia (fig. X.16) crește pe marginea drumurilor și în pajiști. Înflorește din aprilie pînă în octombrie. Se folosește planta întreagă înainte de înflorire. Ceaiul de păpădie se folosește în următoarele afecțiuni : indigestie, diabet, inapetență, boli de ficat, icter, constipație.

Podbalul (fig. X. 17) crește pe malul rîurilor, în locuri argiloase și umede. Înflorește în martie-aprilie. Florile se culeg în martie și aprilie, iar frunzele în mai și iunie.

Ceaiul se folosește împotriva tusei.

Florile și frunzele proaspete se folosesc pentru comprese în ulcerele membrelor și în flebite.

Socul (fig. X.18) este un arbust cu miros caracteristic. Înflorește în iunie-iulie și face o floare mare de culoare alb-gălbuie. Ceaiul din flori de soc se folosește împotriva guturaiului, a gripei, a durerilor de dinți și de urechi.

Infuzia de scoarță se folosește de către bonlavii de rinichi, reumatism și gută.

Infuzia de fructe are efect purgativ.

Tătăneasa (fig. X.19) este o plantă cu frunze mari, late, lungi și ascuțite la vîrf, cu flori roșiatice sau albe. Crește în locuri umede, pe malul rîurilor și la marginea pădurilor. Înflorește din mai pînă în iulie.

Se folosește infuzia de rădăcină de tătăneasă împotriva diareei. Pasta pregătită din rădăcină se folosește în contuzii, luxații și fracturi.

Teiul pădureț (fig. X.20) înflorește în iunie-iulie și are floarea cu petalele galbene. Se găsește mai ales în regiunea de dealuri.

Ceaiul de flori se folosește în răceli, guturai bronșită și amigdalită.

Smeura (fig. X. 21) crește în păduri și luminișuri. Înflorește din mai pînă în iulie.

Frunzele se culeg pînă în luna septembrie. Ceaiul se folosește împotriva gripei, a diareei, în bronșite, faringite, amigdalite. De asemenea, sub formă de comprese și băi, în dermatite.

Vîscul (fig. X. 22) este o plantă lemnoasă parazită, care crește pe ramurile unor copaci și are în permanență frunzele verzi, chiar și pe timpul iernii. Înflorește în martie-aprilie. Frunzele tinere se adună iarna și se consumă numai uscate. Ceaiul se folosește împotriva arteriosclerozei, hipertensiunii și irascibilității nervoase.

XI

PREGĂTIREA ȘI CONSERVAREA HRANEI

1. PREGĂTIREA ALIMENTELOR DE ORIGINE ANIMALĂ

Prepararea și conservarea alimentelor de origine animală vor depinde în primul rînd de anotimpul în care se face acest lucru.

Spre exemplu, iarna va fi foarte simplu, deoarece datorită răcelii carnea va putea fi păstrată chiar în stare naturală o perioadă îndelungată. Cu totul alta va fi situația într-un anotimp călduros, cînd datorită căldurii și muștelor, carnea este în pericol de alterare în decurs de cîteva zeci de ore. În astfel de cazuri, prepararea și conservarea hranei animale constituie o sarcină de primă necesitate.

În cele ce urmează, se arată pe scurt operațiile principale care trebuie făcute, după sacrificarea animalului, și se fac cîteva recomandări asupra modului de preparare a cărnii. După ce animalul a fost sacrificat se atîrnă cu capul în jos ; se taie beregata, se sîngerează bine, apoi se jupoaie imediat și se eviscerează (se scot organele — măruntaiele — din cavitatea abdominală).

Eviscerarea se va face cu mare atenție, pentru a nu se sparge intestinele și a nu mudări carnea. Se va acorda de asemenea o atenție deosebită înlăturării veziculei biliare (fierei).

Toate părţile animalului sînt comestibile, inclusiv părţile cărnoase ale craniului (creierul, ochii, limba).

Intestinele şi glandele sexuale, de regulă, se aruncă.

Pielea se păstrează. După o tratare sumară cu sare, tărîţe de lemn şi după ce a fost pusă la uscat, ea poate fi folosită ca aşternut sau îmbrăcăminte.

Păsările se opăresc cu apă fiartă şi apoi se jumulesc, cu excepţia păsărilor de apă, care se jumulesc mai uşor dacă sînt uscate ; se înlătură intestinele şi apoi se gătesc. Jumulirea păsărilor este în general uşoară, mai ales înainte de răcirea corpului. Fulgii pot fi folosiţi în bune condiţii ca izolator în încălţăminte şi îmbrăcăminte şi de asemenea ca aşternut.

Peştii se curăţă de solzi, li se scot bronhiile, vasele de sînge şi intestinele, li se taie capul şi apoi se frig sau se fierb.

Scopul pregătirii alimentelor este de a le asigura o păstrare mai îndelungată, de a le face mai gustoase, mai uşor digestibile şi de a distruge bacteriile, paraziţii şi toxinele, care pot produce îmbolnăviri.

Fierberea este cea mai bună metodă de preparare a hranei, însă la altitudini mari este foarte dificilă, dacă nu chiar imposibilă.

Frigerea este modul cel mai rapid de pregătire a hranei şi se poate face fie direct pe plită sau jeratic, fie în vase, folosind şi grăsime.

Pe timp de iarnă cărnurile tari pot fi frăgezite prin ţinerea lor în ger timp de cîteva zile. Un alt procedeu constă în baterea bucăţilor de carne pe un platou din lemn, pînă ce aceasta devine subţire şi numai după aceea se pune la fript.

Carnea care a prins miros se lasă un oarecare timp în apă rece sau la îngheţ (iarna) şi numai după ce mirosul a dispărut se va trece la pregătirea ei. Cînd se dispune de anumite mirodenii, acestea pot fi folosite pentru a-i da un gust picant şi a înlătura mirosul neplăcut.

Carnea de animale mai mari, înainte de a se pune la fript, se fierbe, pentru a fi mai moale şi mai fragedă.

Păsările şi mamiferele mici pot fi gătite întregi sau pe părţi, însă fără măruntaie.

Peştii pot fi fripţi pe un grătar improvizat pe jeratic sau înşiraţi pe un băţ care se învîrteşte, deasupra focului.

Broaştele, şerpii mici şi şopîrlele pot fi prăjite cu ajutorul unui băţ. Şerpii mari şi ţiparii trebuie întîi fierţi şi numai după aceea preparaţi. Broaştele ţestoase se fierb pînă ce carapacea se desprinde de corp.

Toate broaştele şi şerpii se vor decapita şi jupui înainte de a fi gătite, deoarece pielea lor poate fi toxică.

Ouăle, fiind comestibile, se pot consuma atît crude, dacă sînt proaspete, cît şi fierte sau sub formă de omletă.

Pe timpul preparării alimentelor, în lipsa sării se poate folosi cenuşa de cicoare.

Detalii a se vedea la anexa nr. 3.

2. PREGĂTIREA ALIMENTELOR DE ORIGINE VEGETALĂ. RĂDĂCINI, RIZOMI, TUBERCULI

Consumul acestora este recomandabil să se facă spre sfîrşitul verii şi toamna, deoarece rădăcinile

plantelor devin comestibile abia după ce florile s-au scuturat.

Rizomii și tuberculii se consumă copți, prăjiți sau fierți. Fierberea este obligatorie pentru cea mai mare parte dintre aceștia, întrucît unii sînt toxici și greu digestibili în stare crudă.

Toate plantele care conțin amidon trebuie să fie supuse unui tratament termic, deoarece amidonul crud se digeră foarte greu.

Fructele și bacele

Marea lor majoritate se consumă de obicei crude. Grăunțele și fructele cu coaja tare se coc și numai după curățare se folosesc în alimentație.

Operația se poate face într-un vas de metal sau în lipsa acestuia, folosind o piatră plată încălzită.

Mugurii, frunzele și mlădițele

În cazul folosirii pentru hrănire a unor muguri, mlădițe sau frunze vor fi alese numai acele părți care au culoarea verde pal. În afara plantelor care se consumă în mod normal crude și în salate (untișor, măcriș, păpădie), toate celelalte se fierb în mai multe ape, pentru a înlătura aciditatea sau amăreala.

Ciupercile

Deși o parte din ciuperci pot fi consumate în formă crudă, este recomandabil ca în majoritatea cazurilor ele să fie prăjite sau coapte, pentru a evita orice pericol de îmbolnăvire.

Tot în acest scop este bine ca înainte de a fi consumate să se facă o probă de comestibilitate, gustînd numai o cantitate mică, care se va mesteca

bine și se va ține în gură circa 5 minute. Dacă se constată că au gust bun, se pot mînca fără a avea îndoieli. Dacă au însă gust necorespunzător înseamnă că nu sînt comestibile și în acest caz consumarea lor este interzisă.

3. PREGĂTIREA ȘI COACEREA PÎINII

În situațiile în care pîinea nu poate fi procurată, ea se pregătește în condiții de campanie, în anumite cuptoare, gropi încălzite, pe vetrele focurilor etc.

În afară de făina de grîu, din care se prepară în mod normal, pîinea poate fi făcută din făină de orz, secară, orez, fasole, mazăre etc., după aceleași reguli ca pîinea din grîu. Aluatul preparat se coace în funcție de condițiile și posibilitățile locale ale supraviețuitorului. Coacerea se poate face fie în cuptor improvizat (sub formă de boltă), pe vatra focului, în cutii de conserve sau în tăvi confecționate din bucăți de tablă, fie în gropi încălzite, în care aluatul se introduce învelit în frunze și apoi se acoperă cu cenușă și jeratic. În alte cazuri el poate fi copt numai pe vatra focului (care în acest caz trebuie să fie din tablă sau lespede de piatră), sub formă de plăcintă (lipie). De asemenea el poate fi copt prin intermediul unei bucăți de lemn de formă cilindrică, lungă de aproximativ 60-70 cm și cu diametrul de 8-10 cm. Se înlătură coaja de pe lemn, după care aluatul, într-o formă alungită, se învîrtește în jurul lui. Ținut deasupra focului, lemnul se rotește pînă ce aluatul se coace. Pentru a verifica dacă aluatul s-a copt se introduce în interiorul lui, în cîteva locuri, un pai sau un bețișor subțire

curățat de coajă și ascuțit. Dacă bețișorul scos din aluat este curat, fără a se lipi de degete, înseamnă că aluatul este cu siguranță copt.

4. CONSERVAREA ALIMENTELOR

a) De origine vegetală

Cea mai mare parte a vegetalelor se păstrează foarte bine în bordeie improvizate, aerisite și uscate.

Toate condimentele se recomandă să fie păstrate sub formă uscată.

Plantele se usucă la aer, la soare, la vînt, la foc sau cu ajutorul fumului cald.

Fructele pot fi păstrate o perioadă mai scurtă de timp și în starea lor naturală. Dar, de regulă, pentru a avea certitudine că nu se alterează, este indicat ca ele să fie uscate. Unele fructe pot fi uscate mai ușor dacă sînt tăiate felii subțiri.

Ciupercile, dacă se usucă, pot fi păstrate un timp îndelungat.

b) De origine animală

Conservarea improvizată a cărnurilor se poate face prin diferite procedee, ca : uscare, înghețare, sărare, afumare și chiar sterilizare.

În regiunile cu aer uscat și cald uscarea este o metodă ușoară și rapidă. Pentru aceasta, carnea se taie în fîșii sau în bucăți mici, care, agățate, se expun la soare și vînt.

Afumarea este tot un fel de uscare, dar mai pronunțată. Carnea parțial uscată la aer și soare se așază pe o împletitură de nuiele deasupra focului, în așa fel încît căldura să nu ajungă să producă prăjirea ei.

De regulă, pe foc vor fi puse frunziș uscat și iarbă, care să producă mai mult fum. Afumarea se continuă pînă cînd carnea devine uscată și la îndoire se rupe ușor. Se va evita afumarea cu fum de cîrpe, ațe etc. deoarece acesta imprimă un gust neplăcut și toxic cărnii.

Păstrarea cărnii în sare se face astfel : se scurge mai întîi de sînge ; se introduce într-un recipient de pămînt, ceramică, faianță, sticlă sau chiar de lemn, însă nu metalic, deoarece sarea este corosivă ; se alternează un strat de sare amestecată cu ierburi mirositoare cu un strat de carne sau de pește ; se termină cu un strat de sare. Înainte de a fi gătită, carnea se spală bine și se lasă în apă la desărat mai multe ore.

Toate alimentele, indiferent de originea lor, se păstrează pe cît posibil la rece. O groapă în pămînt poate servi ca loc de păstrare.

Pe timp de iarnă excedentul de carne se poate păstra în bune condiții în zăpadă sau în gheață.

Păstrarea peștelui și a păsărilor se face în aceleași condiții ca ale cărnii animalelor.

Pregătirea peștelui înainte de afumare constă în decapitare și în scoaterea șirii spinării. Peștii pot fi uscați și la soare, atîrnați pe crengi sau pe pietre calde.

XII

PRINCIPII GENERALE DE IGIENĂ ŞI DE TRATAMENT ÎN CONDIŢII DEOSEBITE

1. REGULI GENERALE DE IGIENĂ

Omul poate fi supus influenţei unor factori de mediu neprielnici, care acţionează asupra lui mai mult sau mai puţin timp. În aerul pe care îl respirăm, pe solul care trăim, în para pe care o consumăm sau o folosim pentru curăţenie, în produsele alimentare se găsesc microbi, toxine, substanţe chimice etc. În funcţie de caracterul şi de intensitatea influenţei lor asupra sănătăţii omului, precum şi de reacţia organismului, se pot dezvolta diferite boli. Uneori ele apar rapid, cu tulburări grave, mergînd pînă la moarte, spre exemplu în bolile infecţioase (tifos, holeră, scarlatină, variolă etc.), în intoxicaţiile cu produse alimentare, în intoxicaţia cu oxid de carbon sau cu lichide toxice din aparatele şi materialele mînuite de militari.

În absenţa condiţiilor favorabile pentru scăderea acţiunii vătămătoare, factorii nefavorabili vor acţiona în mod treptat, slăbind organismul şi micşorîndu-i rezistenţa. Supravieţuitorul trebuie să cunoască şi să aplice în orice condiţii regulile şi măsurile igienice şi profilactice care să-i asigure menţinerea stării de sănătate.

Asigurarea aprovizionării cu apă bună de băut trebuie să fie o preocupare pentru orice grup de militari ca şi pentru supravieţuitorul izolat. Supravieţuitorul trebuie să dea o mare atenţie alegerii sursei de apă ; aceasta poate fi un izvor, o fîntînă, o apă curgătoare sau o apă stătătoare. În toate cazurile trebuie să se aibă în vedere descoperirea surselor posibile de infectare a apei : locul de descărcare a gunoaielor, closetele, mormintele animelelor, locul de tăiere a vitelor, locurile de scăldat ale oamenilor şi animalelor etc. Apa se va asigura din locuri cît mai îndepărtate de asemenea focare de murdărie.

Apa bună de băut este limpede, fără culoare, cu gust plăcut şi fără miros ; nu trebuie să prezinte porţiuni colorate, lucioase sau uleioase, care indică prezenţa unor substanţe vătămătoare.

În ceea ce priveşte consumul apei, în lipsă de alte posibilităţi de identificare dacă apa este infectată sau otrăvită, supravieţuitorul va observa dacă populaţia civilă din zonă consumă apă de la sursa respectivă (în localităţi), iar pentru sursele depărtate de aşezările omeneşti (izvoare, lacuri) dacă apa este folosită de animale.

Pentru refacerea forţelor este necesară asigurarea odihnei. Aceasta se poate realiza, după împrejurări, în adăposturi improvizate (corturi, şoproane, colibe, bordeie, chiar tranşee sau gropi laterale în peretele acestora). Pentru amenajarea adăposturilor improvizate se aleg terenuri curate, fără gunoaie sau cadavre. Ca materiale de aşternut se folosesc ramuri de brad, stuf, paie, fîn, iarbă proaspătă etc. În timpul rece adăpostul va fi adîncit în pămînt sau în zăpadă.

Supravieţuitorul trebuie să dea atenţie curăţeniei sale; apa prelucrată prin limpezire şi dezinfectată este folosită pentru curăţenia zilnică (spălatul obişnuit al corpului şi în special al mîinilor).

În orice situaţie supravieţuitorul trebuie să dea atenţie îngrijirii echipamentului. Curăţarea şi scuturatul acestuia sînt importante, deoarece toate murdăriile ce se adună la încheieturi pot produce infecţii locale ale pielii. Un rol important îl are şi spălatul lenjeriei, care, fiind în apropierea corpului, poate produce eroziuni sau infecţii.

În orice situaţie supravieţuitorul va folosi trusa individuală antiparazitară din dotare (dacă o mai are asupra sa), evitînd astfel îmbolnăvirile transmise de insecte (păduchi, purici, căpuşe). În lipsa substanţelor insecticide poate folosi unele plante ca: pelinul, tutunul, levănţica etc., ale căror frunze le va strivi pe lenjerie sau pe echipament.

Condiţiile de izolare impun supravieţuitorului grijă şi mai mare pentru curăţenia corpului. Faptul că poate sta, forţat de împrejurări, mai multe zile îmbrăcat impune spălarea cu apă a întregului corp de cîte ori are posibilitatea. Purtarea îndelungată a încălţămintei favorizează apariţia rosăturilor şi a băşicilor, care pot împiedica mersul. Pe timp călduros, simpla scoatere a încălţămintei favorizează revenirea la starea normală a pielii uşor inflamate, iar atunci cînd e posibil picioarele trebuie spălate. În anotimpul friguros, cînd există pericolul degerăturilor, se impun mişcări vii ale membrelor.

Pe timpul căldurilor mari supravieţuitorul îşi va descheia îmbrăcămintea, pentru o mai bună aerisire a corpului şi va evita statul cu capul descoperit la soare, pentru a nu se produce insolaţia.

2. ÎNGRIJIREA ŞI PRIMUL AJUTOR ÎN CAZUL DIVERSELOR ÎMBOLNĂVIRI ŞI ACCIDENTE

a) Îngrijirea şi primul ajutor în caz de îmbolnăviri provocate de căldură

Între factorii de mediu care pot exercita o acţiune dăunătoare asupra organismului, cel mai important prin frecvenţa îmbolnăvirilor este factorul termic. Temperatura ridicată (căldura) determină două feluri de modificări patologice (boli):

— tulburări ale întregului organism, care se prezintă sub două aspecte: insolaţia şi şocul termic;

— tulburări localizate: arsurile şi orbirea solară.

Tulburările amintite mai sus pot fi provocate de flăcări, vapori supraîncălziţi, gaze sau lichide fierbinţi, raze solare etc.

Cea mai frecventă formă de îmbolnăvire datorită căldurii este insolaţia. Aceasta apare după expunerea corpului omenesc, în special a capului, la acţiunea directă a razelor solare în zilele călduroase. Primele semne ale instalării tulburărilor de insolaţie sînt:

— apariţia unor modificări ale imaginilor vizuale (corpurile din jur se văd deformate, în valuri, în jurul obiectelor luminate apar cercuri de culori diferite, în faţa ochilor se aşază o pînză de culoare roşie-portocalie);

— apariţia durerilor de cap, de intensitate crescîndă, în special la tîmplă ;

— apariţia tulburărilor de echilibru.

Cînd apar aceste prime semne se vor lua următoarele măsuri de urgenţă :

— persoana în cauză se va aşeza la un loc ferit de razele soarelui şi îşi va acoperi capul cu boneta sau cu orice material avut la dispoziţie ;

— va aplica comprese cu apă rece pe cap, pe frunte şi pe piept ;

— va bea apă, în care a pus eventual puţină sare (o linguriţă la un pahar de bidon).

În general, după aceste măsuri tulburările de vedere dispar, iar durerile de cap scad. Dacă după apariţia primelor semne amintite expunerea la căldură continuă, se impune o intervenţie mai energică de prim-ajutor. În afara măsurilor amintite, se va încerca întreţinerea respiraţiei prin metoda de respiraţie artificială (în cazul cînd există un grup de supravieţuitori). Cea mai bună este metoda respiraţiei „gură la gură“, în care o persoană sănătoasă va aplica gura sa pe gura bolnavului şi va sufla cu putere aerul din plămînii săi în plămînii pacientului, într-un ritm de 20-25 de insuflaţii pe minut. Bolnavul trebuie culcat cu un sul de haine sub ceafă, astfel încît să aibă capul dat mult pe spate. Între insuflaţii, o a treia persoană va apăsa pieptul bolnavului cu abele mîini, pentru a ajuta la eliminarea aerului introdus în plămîni.

Şocul caloric este o formă deosebit de gravă a îmbolnăvirilor provocate de căldură. Această boală se manifestă iniţial prin transpiraţii abundente, înroşirea feţei, apariţia tulburărilor de vedere, de echi-

libru, senzaţie intensă de sete, apoi bolnavul nu mai poate merge, are o respiraţie deasă şi superficială, un puls slab şi accelerat, o privire fixă. Într-o fază şi mai avansată extermităţile devin palide şi reci, pulsul abia se mai simte, respiraţia este atît de superficială, încît se percepe cu greutate. În această situaţie bolnavul va fi transportat la umbră, i se vor aplica comprese reci pe cap şi pe piept, asigurîndu-se respiraţia prin metoda „gură la gură“. În formele grave singurul care poate aplica ajutorul medical necesar este personalul medico-sanitar.

b) **Îngrijirea şi primul ajutor în caz de răniri şi hemoragii**

Primul ajutor al răniţilor începe cu autoajutorul şi ajutorul reciproc, care se execută chiar la locul rănirii. Primul ajutor constă în adăpostirea rănitului şi în aplicarea unui pansament. Uneori rănitul singur se poate retrage şi adăposti într-un şanţ, după un dîmb etc. Alteori, cînd este mai grav rănit şi în special dacă este rănit la picioare, trebuie să fie ajutat de tovarăşii săi. Aceştia vor aplica cît mai repede un pansament pe locul rănit. Cînd rana este mai mică pansamentul individual este suficient. Alteori, cînd plaga este mare, sînt necesare mai multe pansamente individuale (luate de la tovarăşii sănătoşi). Pansamentul are rolul de a opri curgerea de sînge (hemoragie) din rană, precum şi de a evita pătrunderea în rană a corpurilor străine, ceea ce ar duce la infecţie, supuraţie, septicemie. Pansamentul se aplică direct pe rană, ceea ce obligă la scoaterea hainei sau a pantalonilor, eventual numai a unei mîneci sau a unei părţi din pantalon. După aplicarea

pansamentului se trage haina sau pantalonul peste acesta, mai ales în sezonul rece.

În cazul că rana este la piept și se aude un zgomot de intrare și de ieșire a aerului (amestecat cu sînge), iar rănitul respiră foarte greu, este semn că peretele toracic este străpuns pînă la plămîn, iar aerul atmosferic apasă pe el (pneumotorax). În astfel de situații trebuie aplicat un pansament gros sau chiar mai multe. Adeseori, în pansament poate fi prinsă și mîna rănitului, care fixează mai bine acest pansament și astupă rana. În lipsa pansamentelor se va întrebuința o bucată lată de pînză ruptă din lenjeria proprie.

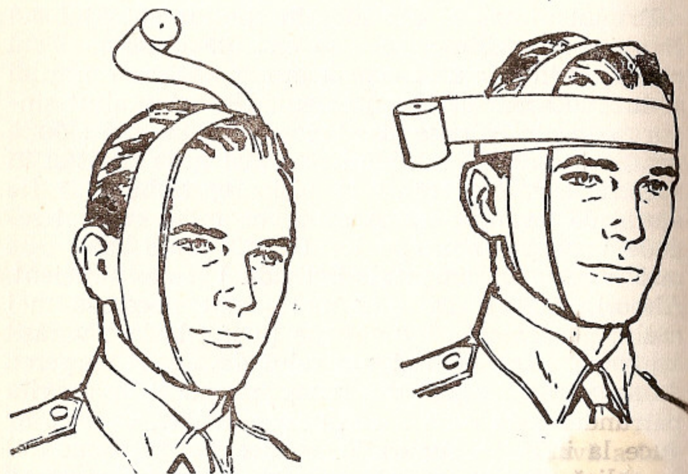


Fig. XII. 1. Diferite metode de pansare a rănilor capului și ale feții

În caz de rănire a abdomenului (burtei) se aplică pansamentul peste rană și se trage fașa de jur împrejurul mijlocului.

Răniților la cap sau la membre li se vor aplica pansamente circulare (fig. XII. 1).

Răniților, cu excepția celor răniți la abdomen, li se dă să bea apă. Toți răniții vor fi adăpostiți bine, iar transportul lor pînă la locul de adăpostire se va face pe targă, pe sanie, pe brațe, după posibilități. Răniții vor fi așezați în poziția în care le convine cel mai mult; cei răniți la abdomen preferă pe spate, cei răniți la piept vor fi așezați într-o poziție mai ridicată, care le ușurează respirația; cei răniți la cap și la față vor fi așezați pe o parte, pentru a nu se îneca cu secrețiile și sîngele care curge din gît sau din gură.

Sînt răni care ating vasele principale, mari, ale membrelor, ceea ce face ca sîngele să țîșnească în jet puternic. În această situație, înainte de orice pansament, se apasă cu degetul deasupra rănii sau chiar lîngă ea, pentru a opri sau micșora hemoragia. În același sens se poate pune peste braț sau antebraț, la coapsă sau la gambă, după locul rănirii, un garou (tub de cauciuc) de jur împrejur și se va înnoda strîns. În lipsa acestuia se poate pune o fașă, curea, batistă etc. Aceasta se aplică deasupra rănii numai în caz de hemoragie mare. Altfel e de preferat un pansament obișnuit mai strîns, deoarece garoul oprește circulația sîngelui și nu poate fi ținut mai mult de două ore, căci produce cangrenă. Dacă supraviețuitorul vede că pînă la primirea ajutorului medical calificat trece mai mult de două ore, va desface fașa (garoul) din 15 în 15 minute, pe peri-

oade scurte (30-60 secunde), asigurînd în acest fel hrănirea porţiunii rănite, care altfel se cangrenează (moare).

c) **Îngrijirea şi primul ajutor în caz de fracturi**

Fracturile diferitelor oase pot fi făcute de gloanţele sau de schijele care produc în acelaşi timp şi răni ale ţesuturilor moi sau prin lovirea osului de un corp dur. Existenţa lor este trădată de imposibilitatea de a ne folosi de membrul respectiv, de o poziţie anormală a acestuia şi de durerile provocate la cea mai mică mişcare.

Oriunde s-ar afla, supravieţuitorul trebuie să ştie că prima măsură în fracturi este realizarea imobilizării membrului respectiv, astfel ca bucăţile de oase să nu se mişte. Mişcarea capetelor osoase poate produce răniri sau chiar tăieri ale arterelor, venelor sau nervilor din vecinătate, cu consecinţe foarte grave (hemoragii mari, paralizii).

În fracturile deschise (cu răni prin care se văd capetele oaselor) mai întîi trebuie să se facă un pansament pentru a opri hemoragia şi a feri rana de infecţie.

Imobilitatea membrului ale cărui oase sînt fracturate se poate face prin diferite mijloace improvizate : crengi de copac, scînduri, leaţuri etc.

1. **Imobilizarea fracturilor oaselor braţului** (fig. XII. 2). Cînd fractura este localizată la osul braţului, se aşază de o parte şi de cealaltă parte a acestuia cîte o atelă sau alte mijloace care există la îndemînă, cum ar fi : scînduri, scoarţă de copac etc., care sînt legate strîns prin înfăşurare cu o faşă de tifon, pînză

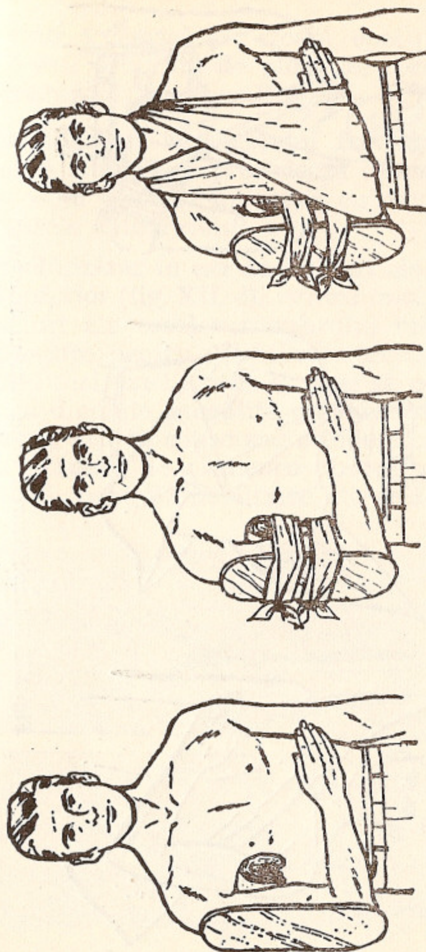


Fig. XII. 2. Imobilizarea braţului prin atele şi eşarfă



Fig. XII. 3. Imobilizarea antebraţului fracturat

ruptă dintr-o cămaşă sau sfoară, apoi printr-o eşarfă (basma) sau o bucată de pînză de formă triunghiulară, antebraţul se suspendă de gît.

2. **Imobilizarea antebraţului fracturat** (fig. XII 3). În această situaţie se procedează ca în cazul de mai sus, folosind aceleaşi mijloace, cu menţiunea că vizează oasele antebraţului.

3. **Imobilizarea în caz de fracturi ale oaselor membrului inferior** (fig. XII. 4). Pentru imobilizarea în caz de fracturi ale oaselor membrului inferior, mijloacele necesare pentru imobilizare trebuie să aibă dimensiuni mai mari. În acest scop se pot folosi atele care sînt dinainte pregătite ori mijloace improvizate ca : puşca, coji de copac sau scînduri care sînt adaptate la moment, de asemenea rănitul se poate foarte bine servi, pentru imobilizare, de celălalt picior sănătos.

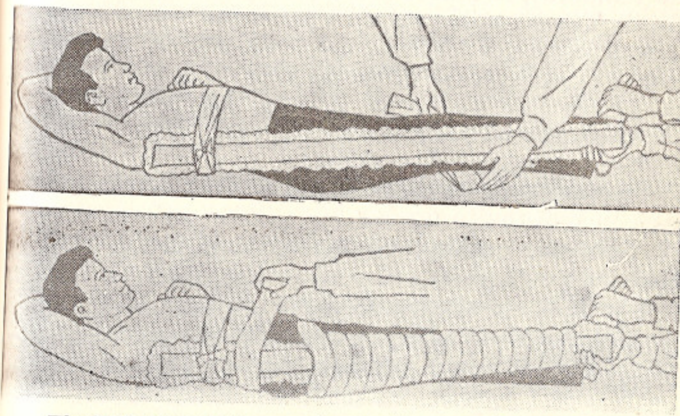


Fig. XII. 4. Imobilizarea fracturii coapsei prin atele

Este foarte important faptul că în imobilizarea fracturilor să nu fie deplasate capetele de oase fracturate și să nu fie schimbat axul normal al osului.

Mai rare, dar mai grave, sînt fracturile coloanei vertebrale (șira spinării) care se recunosc prin faptul că membrele inferioare, deși nerănite, nu pot fi mișcate și sînt insensibile la înțepături sau atingeri. În aceste situații răniții trebuie așezați și transportați pe o targă tare (scîndură lată, ușă etc.). Concomitent, acestor bolnavi li se dau calmante, ceaiuri și vor fi încurajați.

d) **Îngrijirea și primul ajutor în caz de arsuri**

Tulburările localizate produse de căldură, precum și modificările patologice ale întregului organism sînt cunoscute sub denumirea de arsuri. Modificările de la nivelul locului de arsură diferă în funcție de temperatura sursei și de durata de acțiune a căldurii. Temperatura minimă care poate produce leziunea este de 43-44°C, în cazul unei expuneri de 6 ore. Pînă la temperatura de 55-60°C leziunile locale se însoțesc de umflături (edem), iar peste această temperatură circulația sîngelui este compromisă și apare distrugerea țesuturilor.

În funcție de profunzimea arsurii leziunile se împart în mai multe grade :

gradul I — roșeață și umflătură în locul expus la căldură ;

gradul II — apariția bășicilor pe zona arsă ;

gradul III — apare necroza (distrugerea) pielii, mușchilor, vaselor, nervilor, uneori chiar a osului.

Mult mai importantă decît adîncimea arsurii este întinderea ei. Cu cît suprafața arsă este mai mare, cu atît situația este mai gravă. Gravitatea arsurilor întinse (cele care depășesc 15% din suprafața corpului) este dată mai ales de tulburările produse în întregul organism. Aceste tulburări generale sînt cunoscute sub denumirea de șoc combustional (șocul arșilor), stare patologică foarte gravă, caracterizată prin anemie, tulburări ale metabolismului apei și sărurilor, cît și prin scăderea tensiunii arteriale, accelerarea pulsului, tulburării respiratorii, insuficiență renală sau hepatică.

Importanță mai prezintă și regiunea arsă. Arsurile feței sînt foarte grave, nu atît prin întinderea și adîncimea lor cît mai ales prin faptul că pot bloca căile respiratorii, putînd provoca moartea prin asfixie.

Infecția reprezintă cea mai gravă complicație a arsurilor.

Primul ajutor la locul accidentului este acordat de cele mai multe ori de persoanele din grupul accidentatului, fără o pregătire medicală, de aceea toți militarii trebuie instruiți în vederea acordării primului ajutor și a autoajutorului în caz de arsuri. Ei trebuie să știe că de multe ori promptitudinea și corectitudinea primului ajutor pot salva viața accidentatului.

În caz de arsură trebuie luate următoarele măsuri:

— scoaterea arsului din zona accidentului ;

— stingerea echipamentului aprins, care se realizează folosind mijloacele cele mai la îndemînă (veston, manta, pătură, foaie de cort etc.) ;

— aplicarea pansamentului sau învelirea în cearșafuri curate (bucăți de pînză) în caz de arsuri întinse. În lipsă se vor folosi mijloace improvizate ;

— liniştirea accidentatului prin ridicarea moralului;
— încălzirea uşoară a arsului în adăposturi şi administrarea de băuturi calde.

Transportul se va face în poziţie culcată, folosind orice fel de mijloace.

În cadrul primului ajutor nu trebuie să se execute următoarele operaţii :
— nu se va lăsa arsul la locul accidentului ;
— nu se vor desprinde veşmintele de pe suprafaţa arsă ;
— nu se vor aplica pe arsuri uleiuri sau alte grăsimi ;
— arşii nu se vor încălzi brusc şi prea mult ;
— nu li se va arăta gravitatea arsurii.

O altă categorie de leziuni locale produse de căldură, de această dată de cea furnizată de lumina solară, o constituie orbirea solară. Poate fi întîlnită vara pe litoral din cauza reflectării razelor solare de către suprafaţa apei şi iarna la munte din cauza zăpezii. Astfel de leziuni se produc datorită faptului că razele infraroşii care intră în compunerea luminii solare sînt concentrate de ochi într-un punct fix de pe retină (fundul ochiului) unde produc arsuri şi distrugerea celulelor retiniene. Acest accident poate fi prevenit prin folosirea ochelarilor de protecţie (ochelari fumurii sau „de soare").

e) Îngrijirea şi primul ajutor în caz de şocuri traumatice

O parte din răniţi ca urmare a durerilor şi a hemoragiei fac o stare de şoc manifestată prin tulburări mari în circulaţia sîngelui, în respiraţie, ca şi

în funcţia altor organe. Bolnavul este palid, acoperit cu transpiraţii reci, are extremităţile (mîinile şi picioarele) reci, uneori este agitat, alteori nepăsător, cu privirea pierdută, pulsul accelerat (peste 100 de bătăi pe minut), tensiunea arterială scăzută.

Dacă rănitul continuă să piardă sînge, iar durerile se menţin sau chiar cresc, starea de şoc se accelerează şi pune în pericol viaţa rănitului. De aceea se va aplica cît mai repede pansamentul sau garoul pentru oprirea hemoragiei, iar oasele fracturate vor fi imobilizate în poziţie cît mai corectă şi prin manevre cît mai blînde. Administrarea de băuturi calde iarna (chiar şi apă caldă) are o mare importanţă pentru prevenirea şi tratamentul şocului (excepţie fac răniţii abdominali).

f) Îngrijirea şi primul ajutor în caz de asfixie

Pentru a putea înţelege ce este asfixia e necesar să se cunoască cîteva lucruri elementare despre respiraţie şi rolul ei.

Omul pentru a trăi are nevoie de oxigen (un gaz ce se găseşte în aerul atmosferic). Pentru a şti cît de important este oxigenul pentru organismul omenesc este suficient să arătăm că un om poate să trăiască cîteva săptămîni fără alimente, cîteva zile fără apă, dar nu poate trăi decît cîteva minute fără oxigen.

Oxigenul pătrunde în organism prin plămîni în timpul respiraţiei, trece prin peretele alveolei, este preluat de către hemoglobină (o substanţă componentă a globulului roşu din sînge) şi, cu ajutorul circulaţiei sîngelui, ajunge la toate organele şi ţesuturile corpului omenesc. De la ţesuturi şi organe, unde a lăsat oxigenul, sîngele se încarcă cu un alt

gaz (bioxidul de carbon) care a rezultat din arderile din ţesuturi, pe care-l duce la plămîni, pentru ca tot cu ajutorul respiraţiei să fie eliminat. Iată deci că rolul respiraţiei şi al circulaţiei sîngelui este de a prelua oxigenul din atmosferă, de a-l transporta la toate celulele organismului şi de a evacua în atmosferă bioxidul de carbon.

Asfixia este o stare gravă a organismului, care apare atunci cînd căile aeriene sînt astupate sau cînd respiraţia este micşorată ori oprită. În această situaţie oxigenul este împiedicat să pătrundă în căile respiratorii şi plămîni, iar bioxidul de carbon să iasă.

Cauzele cele mai frecvente care duc la asfixie sînt:

— înecul, electrocutarea, intoxicaţia cu oxid de carbon, inhalarea de fum sau de alte gaze toxice, intoxicaţii cu substanţe chimice, lovituri puternice în anumite regiuni ale organismului (cap, gît, piept, burtă), blocarea căilor aeriene prin corpi străini (secreţii mucoase, cheaguri de sînge, bucăţi de oase, dinţi, nasturi, monede) etc. Alături de acestea mai sînt şi alte cauze care produc numai în parte mecanismul asfixiei (cel puţin în faza de început), cum ar fi respiraţia într-o atmosferă săracă în oxigen sau încărcată cu oxid de carbon (în urma unor arderi incomplete).

La un bolnav fără cunoştinţă, astuparea căilor respiratorii se produce mai uşor, pentru că musculatura este relaxată (moale), iar capul este aplecat înainte. Această poziţie este una din cele mai dese cauze de asfixie şi se produce prin blocarea căilor respiratorii, datorită căderii limbii care astupă faringele (gîtul).

Recunoaşterea unui bolnav în stare de asfixie este foarte importantă, deoarece cu cît este recunoscut mai repede, cu atît este mai uşor şi mai sigur tratamentul. Ori de cîte ori se observă că un bolnav este neliniştit, agitat, cu respiraţii dese, cu bătăi dese ale inimii, transpirat şi vînăt, se poate suspecta o stare de asfixie. La unii bolnavi, a căror piele este în mod natural mai închisă la culoare, învineţirea trebuie căutată la limbă.

Pentru a recunoaşte astuparea căilor aeriene şi oprirea respiraţiei trebuie observate mişcările respiratorii. Se pot întîlni următoarele situaţii :

— bolnavi cu mişcări respiratorii ample (adînci), dar nici la nas şi nici la gură nu se simte jetul de aer (este o astupare completă) ;

— bolnavi cu mişcări respiratorii ample, cu un jet slab de aer la nas sau gură şi la care se poate auzi un horcăit (este o astupare parţială a căilor respiratorii) ;

— bolnavi cu mişcări respiratorii micşorate, cu sau fără jet de aer la gură ;

— bolnavi fără mişcări respiratorii (oprirea respiraţiei), în stop respirator.

În situaţia unui bolnav care nu respiră, este deosebit de important să ştim dacă o dată cu respiraţia s-a oprit şi circulaţia sîngelui (inima). Şansele de reanimare (repornirea inimii şi a respiraţiei) sînt cu atît mai bune, cu cît oprirea inimii a fost observată mai repede. Este deosebit de important ca oprirea inimii să fie observată în primele 4-6 minute, timp în care trebuie începută reanimarea. Dacă timpul care a trecut este mai mare, şansele sînt din ce în ce

mai mici, datorită modificărilor care au apărut în substanța nervoasă a scoarței creierului.

Oprirea inimii poate fi constatată prin luarea pulsului sau prin ascultarea bătăilor ei.

Este de la sine înțeles că în caz de asfixie nu poate fi vorba de autoajutor, ci numai de măsuri luate de cei din jurul bolnavului. Fără să se piardă timp, se trece la aplicarea unor metode simple, care să îndepărteze cauzele și să redea accidentatului respirația și circulația. Manevrele și ordinea lor sînt următoarele :

— se descheie nasturii îmbrăcămintei și se dezbracă victima ;

— se așază în poziția culcat pe spate sau pe o parte cu capul mai jos decît corpul (pentru a se putea scurge secrețiile din gură, nas și gît), cu gîtul înclinat pe spate. Astfel se îndepărtează limba de fundul gîtului, eliberînd căile respiratorii.

Poziția cu fața în sus nu este recomandată, deoarece înlesnește adunarea secrețiilor, căderea limbii și deci oprirea respirației. Această poziție va fi dată numai după ce s-au eliberat căile respiratorii și pot fi menținute așa, dar mai ales după ce s-a constatat că inima s-a oprit și trebuie făcute manevrele de repornire a ei ;

— se eliberează căile respiratorii. Aceasta se poate face prin :

— poziția laterală cu capul mai jos ;

— poziția pe spate cu capul îndoit înapoi ;

— deschiderea gurii și împingerea înainte a bărbiei (maxilarul inferior) ;

— îndepărtarea secrețiilor cu ajutorul degetului arătător înfășurat în tifon sau batistă ;

— introducerea unui tub faringian în gură ;

— aplicarea unor metode (metode manuale) de respirație artificială, ca :

— metode de insuflație a aerului atmosferic în aparatul respirator al bolnavului ;

— metode de apăsare a pieptului pentru scoaterea aerului rămas și introducerea altuia proaspăt.

Pentru reanimare în caz de asfixie, metoda cea mai eficace este respirația artificială „gură la gură" sau „gură la nas" care se execută în felul următor : după ce bolnavul a fost așezat pe spate sau pe o parte, și capul a fost îndoit pe spate cu căile respiratorii eliberate, cel care-l reanimează se așază în genunchi cu fața spre bolnav, îi aplică o mînă pe frunte și cu două degete îi strînge nările, cu cealaltă mînă îi împinge înainte bărbia, trage aer în piept, pune gura larg deschisă peste gura întredeschisă a bolnavului (după ce peste gura acestuia a pus un strat de tifon sau batista) și insuflă în plămînii bolnavului aer. Această manevră se face de 12-16 ori pe minut. În timp ce insuflă, urmărește permanent dacă pieptul bolnavului se umflă sau nu și dacă se aud zgomote. Dacă se produc asemenea zgomote și dacă pieptul nu se umflă, înseamnă că nu s-a făcut corect eliberarea căilor respiratorii, iar aerul insuflat intră în stomac. Se controlează din nou eliberarea căilor respiratorii și se repetă manevra. Această metodă poate fi folosită la nevoie ore în șir, atît la locul accidentului cît și pe timpul transportului.

În caz că gura reanimatorului este mai mică decît cea a bolnavului se aplică metoda gură la nas. În această situație reanimatorul, cu mîna cu care îm-

pinge înainte bărbia, are grijă să închidă buzele pentru ca aerul insuflat prin nasul victimei să nu iasă pe gură înainte de a pătrunde în plămîni. Aerul o dată insuflat, este lăsat să iasă singur, atît pe gură, cît și pe nas. La intervale de 20-30 secunde se ascultă inima, iar dacă aceasta s-a oprit se practică concomitent și circulația artificială, prin aplicarea metodei de masaj cardiac (apăsarea inimii) prin apăsarea ritmică a pieptului.

Masajul inimii se face în același timp cu respirația artificială, în așa fel ca pentru o respirație artificială să corespundă 4-5 apăsări pe inimă.

Apariția colorației normale a pielii este cel mai bun semn că circulația a fost reluată. Dacă pulsul spontan a apărut, se continuă respirația artificială pînă la apariția respirației spontane sau trezirea bolnavului.

În orice situație, indiferent de felul cum evoluează reanimarea, cei din grupul din care face parte bolnavul vor căuta să ia legătura cu personalul medico-sanitar, pentru aplicarea tratamentului calificat necesar.

g) Îngrijirea și primul ajutor în caz de mușcături și înțepături veninoase

În diferite situații supraviețuitorul are ocazia să fie victima unor mușcături sau înțepături veninoase. Dacă urmările unora dintre ele nu sînt prea grave, alteori însă produc profunde tulburări locale și generale într-o asemenea măsură, încît adesea îi pun în pericol chiar viața.

Întrucît viața celui ce a suferit mușcătura sau înțepătura veninoasă depinde și de urgența cu care

se începe aplicarea tratamentului, în cele ce urmează vom arăta ce măsuri se pot lua imediat în cadrul autoajutorului sau al ajutorului reciproc în aceste cazuri.

Viețuitoarele care provoacă cel mai des mușcături sau înțepături veninoase sînt: șerpii (îndeosebi vipera), scorpionii și unii păianjeni.

Semnele după care ne putem da seama că mușcătura sau înțepătura este veninoasă sînt:

— durerea intensă care apare chiar în momentul înțepăturii sau mușcăturii, cu tendință de a se propaga de-a lungul membrului respectiv;

— semnul mușcăturii este uneori caracteristic (în cazul mușcăturii de viperă apar două mici puncte situate la 7 mm unul de altul, urmele dinților);

— umflătura (edemul) apare la început în jurul locului unde s-a produs înțepătura și apoi se întinde progresiv și rapid;

— erupția urticariană apare uneori pe pielea corpului sub formă de plăgi reliefate (ca după atingerea pielii cu urzica);

— fenomenele toxice generale (senzație de slăbiciune generală, de leșin, frisoane, grețuri și vărsături, uneori dureri de burtă) apar în scurt timp după mușcătură;

— manifestări hemoragice: scurgere de sînge prin nas, sîngerarea gingiilor etc.

Măsurile ce trebuie luate imediat sînt:

— punerea unui garou sau, în lipsă, a unei feși sau a unei batiste legate strîns deasupra locului unde este mușcătura sau înțepătura, în scopul încetinirii vitezei de împrăștiere a veninului în restul

organismului. Garoul se desface pentru 1-2 minute la interval de 40-60 de minute, apoi se aplică din nou ;

— se face absorbţia (prin sugere cu gura) serozităţii şi sîngelui din rana produsă prin înţepătură sau muşcătură şi se aruncă jos. Atenţie, ca persoana care execută sugerea rănii să nu aibă vreo ulceraţie (rană) pe mucoasa gurii ;

— se va face spălarea rănii cu alcool sau cu apă şi săpun, pentru ca o cît mai mare cantitate din substanţa toxică să fie îndepărtată ;

— dacă e posibil, braţul sau piciorul înţepat se va ţine în apă rece, iar restul corpului va fi încălzit.

3. URMĂRILE PE CARE LE POATE AVEA NETRATAREA LA TIMP A DIFERITELOR AFECŢIUNI CORPORALE

a) Plăgile superficiale

Indiferent de felul cum au fost produse, plăgile superficiale prezintă pericolul infectării de către microbii de pe piele, de pe obiectul care le-a produs, de pe îmbrăcăminte etc.

Cînd infecţia s-a produs, regiunea în care e rana se umflă, doare, se înroşeşte şi este mai caldă decît restul corpului, de asemenea mişcările locale se fac mai greu sau, în cazuri avansate, de loc. Dacă nici în această situaţie nu se face tratamentul necesar, microbii pot trece în sînge, producînd infectarea întregului organism (septicemie).

b) Băşicile

Băşicile sînt produse fie de temperatură ridicată (arsuri), fie datorită încălţămintei prea largi. Dacă sînt localizate la picioare, cel în cauză are mersul îngreuiat, ceea ce îl împiedică să-şi îndeplinească misiunea primită. Netratarea lor la timp poate infecta şi produce tulburări grave întregului organism.

c) Infecţiile produse de pătrunderea corpurilor străine în organism

Corpurile străine pătrunse în organism pot fi : de gloanţele, schijele, diverse obiecte azvîrlite de explozie (pietre, aşchii, bucăţi de stofă sau pînză etc.). Toate acestea introduc adînc în corpul omului microbii pe care îi au pe ele sau pe care îi iau de pe hainele rănitului. Datorită acestui fapt, infecţia progresează mult mai rapid şi deci tratamentul trebuie început cît mai devreme posibil.

În cazul corpilor străini pătrunşi în organism, singurul în măsură să rezolve în mod complet situaţia e personalul medical, la care supravieţuitorul trebuie să ajungă în timpul cel mai scurt.

Concluzia care se desprinde din cele de mai sus este că supravieţuitorul trebuie să ia măsurile de autoajutor preconizate sau tovarăşii din grupul respectiv să-i aplice măsurile de prim ajutor pînă la intervenţia personalului medical.

d) Durerile abdominale

Majoritatea afecţiunilor digestive au ca manifestare predominantă durerea, care apare mai slab sau mai puternic în diferitele forme de boală.

Una dintre bolile frecvente ale stomacului, manifestată prin durere, este **gastrita.** Prin gastrită se înţelege inflamaţia mucoasei stomacului.

Cînd boala apare într-un interval scurt de timp, așa cum se întîmplă în urma anumitor intoxicări sau infecții, se spune că boala este acută, iar cînd îmbolnăvirea se instalează lent, este vorba de o boală cronică.

În gastrita acută, la cîteva ore după ce bolnavul a consumat alimente infectate sau alterate, sau a înghițit un toxic oarecare, apar dureri mari în partea de sus a abdomenului însoțite de grețuri și vărsături abundente. Netratarea la timp a gastritei acute duce la gastrita cronică care se poate complica cu anemie, enterocolite etc.

Altă afecțiune cu mare frecvență, în rîndul celor suferinzi de boli digestive, este **ulcerul stomacului sau duodenului.** Această boală constă într-o rană mică care apare în mucoasa stomacului sau duodenului.

Întins numai la suprafața stomacului la început, ulcerul sapă cu timpul în adîncime, ajungînd la straturile mai profunde.

Netratarea la timp a ulcerului duce la perforație gastrică sau duodenală, care constă în străpungerea peretelui acestor organe. Ea se manifestă prin dureri foarte violente de intensitatea celor provocate de loviturile de pumnal, care cuprind treptat întreg abdomenul. În cîteva ore, bolnavul intră în stare de șoc (devine palid, are transpirații reci, pulsul este rapid și slab). Totodată se constată o întărire puternică a peretelui abdominal. În această situație se recomandă ca supraviețuitorul să nu mănînce și să nu bea nimic, de asemenea nu va lua nici un fel de medicament. Va pune compresii reci (apă, gheață) pe abdomen. Starea gravă a bolnavului reclamă asistența imediată a chirurgului.

Tot ca urmare a netratării la timp a bolii ulceroase poate apărea **hemoragia gastrică sau duodenală** manifestată prin vărsături cu sînge sau melenă (eliminarea prin fecale a sîngelui digerat, ce ia aspect de păcură). În fața acestor simptome, supraviețuitorului i se vor pune compresii reci pe abdomen și i se va da să ingereze bucățele de gheață, sau în lipsă, apă rece în cantități mici. Ca și în cazul perforației, ajutorul medical calificat poate fi acordat numai în cadrul unei unități spitalicești, prin transfuzii, perfuzii etc., iar în hemoragiile grave, prin intervenția chirurgicală de urgență.

Colecistita acută este inflamația veziculei biliare, care cuprinde uneori și căile biliare. De cele mai multe ori apare la bolnavii care au o veziculă cu calculi. Durerea apare brusc la 4—5 ore după masă. Ea este însoțită de febră (38—40 grade C), frisoane, greață, vărsături, gust amar și balonări. Netratarea la timp a colecistitei acute poate duce la perforația veziculei biliare, care dă naștere unei peritonite.

Colica hepatică, manifestată prin dureri în partea dreaptă, imediat sub coaste, e cauzată de existența unui calcul (pietre) în vezica biliară. Acest calcul din diverse motive poate migra în canalul biliar, producînd astfel dureri. Supraviețuitorul trebuie să stea cît mai nemișcat în timpul crizei și, dacă calculul nu se elimină trebuie transportat la o unitate spitalicească în vederea intervenției chirurgicale.

O altă cauză a durerii abdominale este dată de **inflamarea apendicelui** (apendicită) care, netratată la timp, duce la perforarea acestuia. Ca urmare, conți-

nutul din intestin pătrunde în tot abdomenul și produce peritonită, o afecțiune foarte gravă care nu are alt tratament decît cel chirurgical. În caz de perforație a apendicelui durerea este vie, cuprinde tot abdomenul, iar peretele abdominal capătă o duritate lemnoasă. Supraviețuitorul în această situație nu va lua nici un medicament, cu excepția antibioticelor dacă le are asupra lui, nu va mînca și nu va bea nimic. Se recomandă ca pînă ajunge la o unitate spitalicească, pe abdomen să se aplice compresii reci (apă, gheață).

Ocluzia intestinală înseamnă înnodarea sau răsucirea intestinului în jurul său, ceea ce nu mai permite trecerea conținutului intestinal. Treptat se instalează întărirea musculaturii abdominale, apar vărsături cu aspect fecaloid și fața bolnavului devine cenușie. Dacă nu se reia tranzitul intestinal, numai intervenția chirurgicală poate salva situația.

Colica renală se manifestă prin apariția unor dureri violente în spate de o parte sau de alta a coloanei vertebrale, la nivelul centurii. Ea se produce ca urmare a migrării unui calcul (piatră) din rinichi în căile urinare. În această situație bolnavul va bea lichide multe și își va aplica pe spate în regiunea dureroasă compresii calde. În caz că durerea nu cedează este necesară intervenția unui organ medical de specialitate.

e) **Diareele**

Diareea netratată la timp duce la deshidratarea organismului (pierderea lichidelor), ceea ce scade simțitor capacitatea fizică și psihică a bolnavului. Dacă diareea persistă se instalează scădere mare a

tensiunii arteriale, ceea ce face ca rinichii să funcționeze defectuos.

În condițiile deosebite în care se găsește supraviețuitorul, pentru combaterea diareei, în funcție de posibilitățile locale, e indicat să consume ceai de mentă (izmă), ceai de mușețel (romaniță) chiar și neîndulcite, fiertură de orez sau morcovi. Va evita să mănînce fructe și legume crude. Va bea apă fiartă și răcită, pentru a recupera lichidele pierdute. În situația cînd are asupra sa sau poate procura, va lua sulfamidă albă sau antibiotice.

XIII

SUPRAVIEȚUIREA ÎN CONDIȚII DEOSEBITE

1. SUPRAVIEȚUIREA PE MARE

Pe timpul desfășurării acțiunilor de luptă pot fi cazuri cînd nava sau avionul pe care militarii sînt ambarcați să fie avariate, creîndu-se pericolul de scufundare a acestora.

În astfel de situații, problema numărul unu este căutarea și găsirea unei posibilități de a se salva, iar în al doilea rînd a ști să supraviețuiască în condițiile mării. În cele ce urmează ne vom referi la principalele cunoștințe pe care militarul trebuie să le posede și măsurile ce trebuie luate în asemenea situații dificile.

Pe mare, de regulă, nu se poate supraviețui timp îndelungat, fără existența unei ambarcațiuni. Iată de ce orice militar ambarcat pe un astfel de mijloc trebuie din timp să prevadă și unele măsuri care aplicate în situații de pericol să-l poată salva de la moarte. De asemenea, ca naufragiat, el trebuie să dea dovadă de mult curaj, inițiativă, calm și încredere în posibilitatea de a se salva. Să știe să folosească cu pricepere orice corp plutitor care se găsește pe vas sau la bordul aeronavelor.

După naufragiu, supraviețuitorul trebuie să adune, pe cît posibil, toate obiectele care plutesc și îi vor fi

folositoare în acțiunile viitoare de supraviețuire. El trebuie să se îndepărteze cît mai repede de locul epavei, deoarece aceasta scufundîndu-se, valurile îi pot periclita viața. Totuși, în primele zile, nu este indicat a se îndepărta prea mult de locul naufragiului, deoarece petele de ulei și diversele resturi ale epavei constituie indicii pentru cei ce intervin în ajutor.

În timpul supraviețuirii pe mare, naufragiatul trebuie să mai cunoască următoarele :

— să nu se urce încălțat într-o ambarcațiune pneumatică, întrucît se creează pericolul spargerii acesteia;

— să nu părăsească niciodată barca, cînd aceasta se află în largul mării, fără a fi legat de ea cu un cablu, deoarece există pericolul să fie luată de valuri;

— să ferească de apă busola, ceasul, chibritele și bricheta;

— să confecționeze undițe improvizate și să le folosească la pescuit;

— să-și improvizeze o adăpostire pe ambarcațiune, pentru a-l proteja împotriva frigului, vîntului, soarelui și a precipitațiilor atmosferice;

— să prevină răul de mare, folosindu-se de trusele de prim ajutor;

— să nu se scalde, pescuiască sau să curețe pești în locurile unde există rechini, iar dacă aceștia caută să se apropie de barcă, să se lovească în apă cu vîsla, pentru a-i speria;

— să stabilească rația zilnică de hrană și apă, făcînd maximum de economie;

— să folosească mijloace improvizate pentru adunarea și păstrarea apei de ploaie;

— să-și organizeze activitatea după un program riguros (de somn, pescuit și hrănire) încît organismul să fie supus la eforturi minime.

Cînd supraviețuitorul se va afla în apele inamicului, nu va folosi mijloacele de semnalizare pentru a nu-și demasca prezența. Aceasta o va face numai dacă a identificat cu certitudine că avioanele sau navele din apropiere sînt ale trupelor proprii, ale unei țări aliate sau neutre.

Supraviețuitorul trebuie să caute să ajungă pe uscat înainte de a-și fi epuizat forța fizică și rezervele de subzistență.

Indicii după care se poate stabili prezența uscatului în apropiere sînt următorii :

— prezența fixă a norilor Cumulus pe un cer senin, față de ceilalți nori care se deplasează;

— culoarea verde deschis sau albastru deschis a apei (unde apa are adîncime mare, culoarea acesteia este verde — albastru — închis) ;

— mirosul de pămînt (pe timp de ploaie sau ceață);

— zgomotele valurilor care se sparg de un țărm;

— țipetele neîntrerupte ale păsărilor de mare (indică direcția țărmului unde acestea își au cuiburile, iar locul dinspre care zboară dimineața și se întorc seara indică același lucru).

Naufragiatul poate să ajungă pe țărm înotînd, folosind acele stiluri de înot care duc la epuizarea minimă a forței fizice sau cu ajutorul unor mijloace plutitoare. Cînd înoată, naufragiatul va trebui să aibă asupra sa cel puțin un rînd de haine, pe care să le

protejeze de umezeală și pe care să le îmbrace la ajungerea pe uscat.

La apropierea de țărm, naufragiatul va căuta să înoate pe creasta unui val, deplasîndu-se o dată cu acesta, iar dacă valurile sînt foarte mari, atunci va înota în depresiunea dintre acestea.

Locul de ieșire pe uscat peste un țărm stîncos va fi ales acolo unde apa depășește stîncile. La apropierea de mal se va înota încet, pentru menajarea forțelor necesare cățărării pe stînci. Poziția cea mai sigură pentru luarea contactului cu uscatul este cea cu picioarele împinse în față și la 50 cm mai jos decît capul. Această poziție asigură amortizarea șocului la atingerea stîncilor.

Debarcarea pe țărm din barcă sau din alte mijloace plutitoare nu constituie o problemă cînd marea este liniștită.

În situația cînd marea este agitată cu valuri și mal stîncos, debarcarea devine periculoasă și cere multă îndemînare din partea naufragiatului.

Pe măsură ce barca se apropie de plajă (căutînd să fie menținută pe creasta unui val) se va vîsli cu putere pentru ca ambarcațiunea să urce cît mai sus pe plajă. Din barcă se va debarca numai după ce aceasta a atins uscatul.

În situația că malul se află în dispozitivul trupelor proprii, debarcarea se va face pe timp de zi, prevenind prin semnale trupele sau localnicii din zona de litoral.

După debarcare, supraviețuirea se va asigura în raport cu condițiile locale și specifice litoralului sau zonei în care se face deplasarea.

2. SUPRAVIEȚUIREA ÎN ZONA DE LITORAL

În zona de litoral, supraviețuitorul va acționa după principiile descrise în capitolele anterioare, cu următoarele particularități :

— adăposturile pot fi amenajate uneori din resturile unor epave (care se găsesc pe plajă) sau sub scobiturile existente în maluri (caverne ce se găsesc deasupra înălțimii mareelor) ;

— focurile care se fac în adăposturile amenajate în caverne trebuie să fie pale pentru a nu produce căldură mare și a sfărîma pietrele care constituie pereții adăpostului, rănind pe supraviețuitor ;

— se va ține cont de ritmul mareelor pentru a evita izolarea supraviețuitorului pe o stîncă sau banc de nisip, pe timp de flux ;

— la apariția nisipurilor mișcătoare, supraviețuitorul se va culca pe sol și tîrîș va părăsi zona periculoasă ;

— hrana principală o vor constitui peștii și păsările, care pot fi prinse cu ajutorul mijloacelor improvizate;

— se va evita intrarea în apă pe timpul curenților violenți, pentru a nu fi dus de aceștia în larg ;

— se vor evita locurile unde au apărut vipera de mare, care are înțepături extrem de dureroase (dar nu mortale), calcanii și peștele torpilă, a căror descărcare electrică este neplăcută și meduzele care provoacă paralizie temporară.

3. SUPRAVIEȚUIREA ÎN TEREN MUNTOS

Din punct de vedere geografic și militar este considerat munte înălțimea care, în general, depășește 800 m dominînd fundul văilor cu peste 500 m.

Munții se împart în munți mici, mijlocii și înalți.

Munții mici sînt fără zăpadă permanentă și cuprind 3 zone: zona culturilor, pădurilor și pășunilor. Aproape în toate anotimpurile anului, aceste zone sînt locuite și oferă resurse corespunzătoare pentru asigurarea supraviețuirii.

Limita superioară a culturilor variază în funcție de economia locală și, în general, ea urcă mai sus pe versanții expuși la soare, iar versanții umbroși sînt cu păduri.

Munții mijlocii sînt acoperiți cu zăpadă în majoritatea timpului anului, dar totuși, aceștia oferă resurse suficiente pentru asigurarea supraviețuirii.

Munții înalți sînt acoperiți cu zăpadă, de regulă, în tot cursul anului, predomină terenul stîncos și ghețarii, apar fenomenele caracteristice altitudinilor (avalanșele de pietre și zăpadă, temperatură scăzută, vizibilitate redusă (uneori), schimbări dese și bruște de temperatură, aerul rarefiat care se răsfrînge negativ asupra rezistenței fizice a supraviețuitorului, vegetație puțină etc. și lipsesc, aproape complet, resursele pentru asigurarea supraviețuirii.

Supraviețuirea în munți prezintă anumite particularități referitoare la deplasarea, amenajarea adăposturilor, prevenirea degerăturilor și procurarea subzistențelor.

Deplasarea

Marșul în teren muntos (fie că este la urcare sau coborîre) cere un consum mare de energie din partea supraviețuitorului.

Pentru executarea unui marş lung cu minimum de oboseală, supravieţuitorul va trebui să respecte următoarele :

— să se deplaseze într-un pas constant pentru a evita sufocarea şi transpiraţia ;

— să se dezbrace imediat ce apare senzaţia de căldură pentru ca îmbrăcămintea să rămînă uscată ;

— să nu se deplaseze pe poteci şi drumuri de munte, care ar putea să-i demaşte prezenţa ;

— să evite deplasarea prin locurile periculoase pentru a nu se accidenta ;

— pe timp de iarnă să folosească pentru deplasare schiul sau rachetele de zăpadă (un strat de zăpadă proaspătă de 20 cm reduce viteza de deplasare cu 25%, de 40 cm cu 50%, iar peste 50 cm necesită schiuri sau rachete de zăpadă) ;

— să evite deplasarea în ziua cînd a nins (după o cădere abundentă de zăpadă), pe timp de vînt puternic şi în zilele de creştere bruscă a temperaturii, pentru a nu fi surprins de avalanşă ;

— să folosească un piolet (băţ) cu care să se sprijine pe timpul deplasării ;

— să evite deplasarea sau staţionarea (chiar temporară) pe sub gheţarii care atîrnă sau cornişe de zăpadă în subplombă, deoarece există pericol de accidentare.

Prevenirea degerăturilor

Pericolul cel mai mare pentru supravieţuitor îl constituie frigul, întrucît afecţiunile care le provoacă pot avea consecinţe dintre cele mai grave asupra sănătăţii (foamea provoacă moartea în cîteva săptămîni, setea în cîteva zile, iar frigul în cîteva minute).

Frigul afectează corpul omului în mod inegal. Cele mai expuse părţi ale corpului la degerături sînt picioarele, mai ales dacă sînt umede, mîinile şi obrajii goi.

Vîntul măreşte în mod considerabil senzaţia de frig, deşi foarte mulţi supravieţuitori îl ignorează. Pentru a demonstra acest lucru ne vom referi la următorul exemplu : un vînt de 11 m/s, la temperatura de —10⁰ produce acelaşi efect de răcire ca şi o temperatură de —40⁰ la un vînt de 1 m/s.

Umiditatea favorizează, de asemenea, degerăturile şi reduce proprietăţile izolatoare ale îmbrăcămintei. Pentru a înlătura acest lucru este necesar ca în ciuda eforturilor care se cer trebuie să se evite transpiraţia şi udarea echipamentului.

Procurarea apei de băut

În munţi sau pe timp friguros supravieţuitorul trebuie să bea mai multă apă datorită următoarelor cauze :

— efortul sporit, ca urmare a deplasării în teren accidentat la altitudini mari şi intensitatea radiaţiilor solare, provoacă o transpiraţie abundentă ;

— umiditatea scăzută a aerului şi hiperventilarea pulmonară, determinată de altitudine, antrenează o pierdere abundentă de apă, prin aerul expirat.

Pierderile de apă pe timpul frigului sînt majorate de lăcrimări, scurgeri nazale, urinare la intervale mici etc.

Cantitatea de apă necesară consumului zilnic, în astfel de condiţii, trebuie să fie de 3-4 litri.

În regiunea muntoasă sau pe timp de iarnă apa se procură mai uşor, datorită resurselor naturale exis-

tente din abundență. Deși apa rezultată din gheață sau zăpadă nu are calitățile apei de izvor, în situații critice ea poate fi consumată de supraviețuitor.

Procurarea hranei

În teren muntos posibilitățile de hrănire ale supraviețuitorului vor depinde în mare măsură de anotimpul în care se află.

Astfel, pe timp de vară și toamnă procurarea hranei este mult ușurată de existența a o serie de fructe de pădure ca : fragi, afine, zmeură, mere și pere sălbatice, alune, jir, ciuperci etc., care pot fi consumate de supraviețuitor chiar în stare naturală.

De asemenea, prin vînarea diferitelor specii de animale, păsări etc. care trăiesc în regiunea respectivă, supraviețuitorul poate să-și asigure nevoile de carne. Printre acestea amintim : iepuri, căprioare, urși, vulpi mierle, ciocănitoare, gaițe, potîrnichi, păstrăvi, broaște, melci, arici etc.

Metodele și procedeele de prindere a vietăților sălbatice (care trăiesc în regiune de munte), prepararea și conservarea hranei, nu se deosebesc de cele din regiunile de șes. Totuși, trebuie avut în vedere că păstrăvii se prind mai ușor în lunile octombrie-noiembrie, cînd își depun icrele și primăvara, cînd cursurile de apă sînt tulburi și ei urcă pe afluenții acestora pentru a găsi apă limpede.

4. SUPRAVIEȚUIREA ÎN MEDIUL URBAN OSTIL

În unele situații, supraviețuitorul se poate găsi, o anumită perioadă, în regiuni cu populație ostilă acestuia.

Pentru a supraviețui în astfel de condiții, supraviețuitorul trebuie să se adapteze mediului, corespunzător situației locale. Pentru aceasta este necesar ca acesta să-și procure acte false pentru a avea o motivare socială sau să adopte poziția unui bolnav mintal, surdo-mut etc. În astfel de condiții, supraviețuitorul își va amenaja adăpostirea în afara locurilor populate sau frecventate de populație.

În anumite situații cînd apar evacuări de populație, ca rezultat a unor calamități sau apropierii frontului etc., este posibilă supraviețuirea clandestină în mijlocul populației. În aceste condiții, pe timp de zi, supraviețuitorul va sta ascuns în anumite adăpostiri, iar noaptea se va deplasa spre dispozitivul trupelor proprii.

Practica a demonstrat că foarte mulți supraviețuitori au utilizat cu succes pentru deplasarea dintr-un loc în altul, în deosebi pe distanțe mari, și mijloacele de transport în comun.

5. SUPRAVIEȚUIREA ÎN CONDIȚII DE PRIZONIERAT

În orice situație s-ar afla pe cîmpul de luptă, militarul nu trebuie să înceteze în mod deliberat lupta, fără a fi utilizat toate mijloacele de apărare pe care le are la dispoziție și nici să se lase capturat de inamic, fără să opună rezistență. În caz de capturare forțată să caute să evadeze și să se întoarcă la unitatea sa.

Militarul care nu procedează astfel comite crima de dezertare și la terminarea ostilităților va fi obligat să justifice împrejurările în care a fost capturat, acțiunile pe care le-a întreprins pentru a evada (cu sau

fără succes), tratamentul care i-a fost aplicat de inamic și cînd a fost eliberat din lagăr.

Poporul nostru a fost întotdeauna recunoscător față de persoanele care au dovedit curaj și spirit de sacrificiu pentru apărarea patriei, a dat dreptate celor nevinovați și a pedepsit sever pe lași și trădători de patrie.

Situațiile multiple și complexe care se pot ivi pe timpul desfășurării acțiunilor de luptă pot aduce pe unii militari în poziția de prizonieri, chiar dacă aceștia nu au acceptat sub nici o formă ideea prizonieratului. Una din aceste împrejurări poate fi rănirea militarului în adîncimea dispozitivului inamicului sau pe timpul retragerii.

În alte situații, militarul poate fi capturat prin surprindere, fără a avea posibilitate să utilizeze armamentul de care dispune, pentru a opune rezistență. În aceste condiții rolul principal revine iscusinței și curajului care îl vor ajuta pe prizonier să evadeze și să se întoarcă în dispozitivul trupelor proprii.

Oricare ar fi cauzele capturării, militarul trebuie să dea dovadă de sînge rece, să analizeze toate posibilitățile care facilitează evadarea și prin aplicarea celor mai adecvate metode și procedee să evadeze pentru a-și recăpăta libertatea. Trebuie ținut cont că primele momente oferă cele mai bune condiții de a scăpa din prizonierat și acestea trebuie exploatate la maximum.

Militarul devenit prizonier constituie o sursă informativă importantă pentru inamic pe care acesta va căuta s-o exploateze prin diferite metode și procedee. Printre acestea amintim: „amabilitatea", încrederea, oferirea de avantaje, intimidarea, amenințarea cu constrîngerea, lovirea directă, torturarea etc.

Este inutil ca acesta să opună o rezistență deschisă în fața faptelor. El trebuie să ia toate măsurile pentru a distruge documentele sau materialele compromițătoare de care dispune, înainte ca acestea să intre în posesia inamicului, să păstreze un minimum de lenjerie, îmbrăcăminte practică care nu bate la ochi, un cuțit solid (pumnal), obiectele de toaletă, de scris etc. Prizonierul trebuie să-și ascundă banii, iar 1-2 obiecte de valoare de care dispune să le lase să-i fie luate, fără a obiecta.

Prizonierul poate cere să-și păstreze obiectele personale, fără valoare militară, dar fără să insiste, iar după ce s-a întocmit inventarul regulamentar, să adopte o atitudine de indiferență.

Este necesar să se rețină că, de regulă, prima interogare este scurtă și se referă la informații ce pot fi exploatate imediat. Uneori, acest lucru se poate întîmpla chiar înainte de percheziționare. În acest timp prizonierul trebuie să aibă în vedere că se află în fața inamicului care ar dori să afle cît mai mult, chiar de la prima interogare. În acest caz n-ar fi exclus ca de la început inamicul să dea dovadă de nervozitate și să treacă la brutalizare.

Oricare ar fi situația, prizonierul nu trebuie să declare decît datele prevăzute în „Convenția de la Geneva" din anul 1949 privitoare la prizonierii de război (numele și prenumele, gradul, data nașterii și numărul matricolului). Prizonierul poate exagera faptul că este epuizat fizic sau bolnav pentru a urgenta trimiterea lui la punctul de adunare a prizonierilor, în spital sau în lagăr.

13; c. 574

Atitudinea inițială luată de prizonier, referitoare la răspunsurile date întrebărilor ce i s-au pus, va trebui să fie neschimbătoare. Acesta va trebui să știe să lupte împotriva oboselii, luminii orbitoare, „atenției ce i se acordă", torturilor etc.

Împotriva oboselii va căuta să evite crisparea care provoacă dureri de cap și schimbarea alternativă a greutății corpului de pe un picior pe altul.

Împotriva luminii se va lupta prin evitarea deschiderii complete a ochilor și contractarea lor.

Prizonierul va căuta sub orice formă să nu cedeze în fața presiunilor sau promisiunilor. Dacă îi vor fi oferite diferite alimente, băuturi, țigări etc. va căuta să se servească cu prudență fără a divulga nici un fel de date informative cu privire la trupele proprii.

„Convenția de la Geneva" din anul 1949 va fi folosită ca armă de apărare împotriva torturilor. Prizonierul, care consideră că torturile care i s-ar aplica ar fi insuportabile, poate întreprinde acțiuni de opunere.

Dacă situația și condițiile concrete permit, prizonierul trebuie să folosească orice prilej pentru a evada. Astfel de cazuri sînt : pe timpul transporturilor pe cale ferată sau cu mijloace auto, pe timpul alarmelor aeriene și al bombardamentelor etc.

Dacă pe timpul transportului spre lagăr, prizonierul nu a putut evada, acesta va căuta să evadeze din lagăr, alegînd momentul cel mai prielnic care îl poate favoriza pentru ca evadarea să se poată desfășura cu succes.

În acest scop, după sosirea în lagăr, prizonierul va studia toate condițiile posibile pentru menținerea sa într-o stare fizică și morală bună, pentru cunoașterea interiorului și împrejurimilor, a programului și activității care se desfășoară în lagăr, pentru a putea determina toate elementele ce i-ar înlesni evadarea. Pentru evadarea din lagăr se pot folosi : lucrările de canalizare ; scoaterea unor scînduri din barăcile de lemn ; sărirea gardurilor (de zid, scîndură, sîrmă ghimpată etc.) ; deschiderea ușilor cu chei false ; coruperea unor militari din serviciul de pază sau exploatarea neatenției acestora.

Pentru menținerea condiției fizice, prizonierul se va antrena zilnic, fără a aștepta degenerescența mușculară, consecință a unei vieți fără mișcări și a subnutriției.

Prizonierul va executa zilnic mișcări speciale de gimnastică (extensii, flexiuni, mișcări respiratorii și de efort pentru a solicita inima etc.), va ține curat în jurul său, se va alimenta în mod rațional, căutînd toate posibilitățile pentru procurarea de alimente cu un bogat conținut de vitamine și proteine.

Moralul ridicat al prizonierului se menține prin găsirea unui grup de prieteni care se ajută reciproc pentru a rezista acțiunilor psihologice exercitate de inamic, decepțiilor zilnice și rutinei lagărului. La aceasta mai contribuie și speranța în găsirea momentului prielnic pentru a evada. Parte din aceste momente pot fi și perioadele în care prizonierii sînt scoși din lagăr la muncă.

Evadarea cuprinde trei activități bine distincte : pregătirea evadării, evadarea propriu-zisă și trecerea frontierei de stat sau a limitei dinainte a apărării.

Pregătirea evadării constă din studierea și stabilirea posibilităților de evadare din lagăr, procurarea

informaţiilor necesare referitoare la situaţia locală de pe direcţia de deplasare a prizonierului după evadare şi asigurarea bazei materiale necesare evadării.

Informaţiile despre situaţia locală pot fi obţinute din lectura zilnică a ziarelor şi revistelor, iar baza materială se va completa treptat, atît cu chei false pentru deschiderea uşilor, cu alimente (ciocolată, zahăr, carne afumată etc.), cu îmbrăcăminte, cît şi cu acte false şi diferite unelte şi scule necesare supravieţuirii (cuţit, ace, bucăţi de fier, laţ pentru vînat, momeli, sfori, corzi etc.) Dacă parte din acestea nu vor putea fi asigurate din lagăr, ele urmează a fi procurate după evadare, din raioanele prin care se execută deplasarea.

Pentru reuşita evadării se pot constitui echipe de sprijin formate din prizonierii de încredere care nu vor divulga secretul evadării.

Viitorul evadat va studia în detaliu fiecare mijloc şi procedeu pe care îl va folosi pentru a ieşi din lagăr, a traversa ţara şi a ajunge la locul dorit. Acesta îşi fixează un itinerar general, cu 1-2 variante, pe care îl memorează. Înainte de părăsirea lagărului se va machia şi deghiza pentru a nu fi recunoscut şi pentru a se confunda cu populaţia locală.

După evadare, militarul va trebui să se deplaseze cît mai repede şi mai departe de lagăr pentru a ieşi din raza elementelor de pază şi intervenţie ale lagărului în caz de alarmă. Pentru aceasta va utiliza mijloacele de transport ocazionale rapide, ca : bicicletă, autovehicul, tren etc., luîndu-şi toate măsurile pentru a nu putea fi identificat şi prins.

Evadatul va evita să discute cu populaţia pe care o întîlneşte, iar dacă va fi întrebat va răspunde prin gesturi, zîmbete sau cuvinte imperceptibile.

Va evita să staţioneze în gări sau locuri frecventate de organele de poliţie şi control.

La sosirea trenului, evadatul va proceda la fel ca ceilalţi cetăţeni, iar părăsirea peronului se va face intrînd în mijlocul grupudui de călători.

Traversarea oraşelor se va face în orele cu maximum de aglomeraţie (dimineaţa, la prînz sau seara).

În apropiere de frontieră (linia frontului) va studia cu atenţie regimul de pază sau siguranţă, căutînd să ocolească punctele şi organele care ar putea să-i stingherească trecerea. Frontiera (linia frontului) va fi trecută numai noaptea. Înainte de traversarea frontierei (liniei frontului), evadatul se va opri într-un post de observare complet mascat şi cu un bun sector de observare a direcţiei pe care urmează să se deplaseze. Din acest punct de observare va nota sau reţine : toate activităţile care le execută elementele de pază ale inamicului la anumite ore ; punctele caracteristice din teren pe care le va folosi ca repere de orientare pe timpul deplasării ; distanţa aproximativă pînă la frontieră (linia frontului) şi în cît timp va fi parcursă ; itinerarul exact de parcurs ; punctele de ascundere în cazul apariţiei inamicului prin surprindere.

După traversarea frontierei (liniei frontului) şi pătrunderii pe teritoriul trupelor proprii, evadatul trebuie să fie în continuare foarte atent, căci aceste puncte sînt nevralgice şi prezintă surprize de ultim moment.

Dacă evadarea eşuează, înseamnă că prizonierul va fi din nou supus percheziţiei şi interogatorului. Totuşi, acesta nu trebuie să se descurajeze, deoarece posedă o anumită experienţă care îi poate fi de folos pentru o nouă acţiune de evadare.

ALIMENTELE DE ORIGINĂ VEGETALĂ CARE POT FI FOLOSITE PENTRU A SUPRAVIEŢUI

În condiţii deosebite, omul nu are întotdeauna acces la plantele de cultură, sau dacă are nu poate prepara culinar aceste plante, fapt ce implică utilizarea în hrană a plantelor sălbatice şi de cultură în stare crudă.

Plantele sălbatice în fiecare anotimp oferă omului anumite părţi comestibile, după cum urmează :

1. **Primăvara şi vara** — frunze tinere de fag, tei, dud, smeură, urzică, păpădie, măcriş, ştevie, untişor, lobodă, cicoare, lăstari fragezi şi cîrcei de viţă-de-vie, lăstari tineri şi petale de măceşi şi trandafiri etc. ;

— ciuperci comestibile de cîmp şi pădure;

— fructe: fragi, dude, cireşe, afine, smeură, mure, agrişe, coacăze.

2. **Toamna şi iarna :**

— fructe: mere şi pere pădureţe, castane, ghindă, jir, alune, coarne, măcieşe, moşmoane, nuci, răchiţele etc.;

— rădăcini de iarbă dulce ;

— ciuperci comestibile.

La foarte mare nevoie şi în condiţii cu totul deosebite în funcţie de anotimp, se pot consuma şi tuberculi de: creasta cocoşului, nufăr, coaje de mesteacăn, salcie, rizomi, rădăcini de papură, brusture etc.

Verdeţurile sălbatice comestibile conţin aceleaşi substanţe hrănitoare şi dau gust bun în pregătirea felurilor de mîncare

ca și verdețurile de grădină. La culegerea acestor verdețuri comestibile, trebuie să se respecte următoarele reguli :

— se vor folosi oameni care cunosc bine aceste plante;

— nu se vor culege verdețuri ofilite, îngălbenite și putrezite;

— nu se vor culege verdețuri de pe lîngă drumuri, deoarece acestea în majoritatea situațiilor sînt infectate;

— nu se vor culege plante de pe ogoarele la a căror îngrășare se folosesc îngrășămintele chimice, deoarece pot fi otrăvitoare;

— se vor culege frunzele numai înainte de înflorirea plantelor, întrucît au gust mai bun;

— culesul se va face către asfințitul soarelui, deoarece frunzele sub influența razelor solare formează substanțe hrănitoare, care pe timpul nopții trec în vlăstare și rădăcină, de aceea nu se recomandă culegerea frunzelor dimineața;

— rădăcinile se vor culege numai dimineața.

Înainte de a fi folosite, verdețurile se spală bine în mai multe ape, pentru a nu avea pe ele nisip, pămînt, ouă de paraziți, diferite insecte etc.

Compoziția chimică a plantelor comestibile sălbatice și de cultură, arătate, este foarte variată. Ele au un conținut bogat în apă, glucide, acizi organici, săruri minerale și vitamine, mici cantități de proteine și grăsimi.

CIUPERCI

Ciupercile sînt numeroase specii, atît comestibile cît și otrăvitoare.

Ciupercile comestibile au un conținut bogat în vitamine (A.B.D.), săruri minerale, substanțe azotoase și zaharuri. Se consumă fierte sau coapte pe jar, iar unele se pot mînca și în stare crudă. Se pot conserva prin tăiere în felii și uscate la soare, precum și prin păstrare în saramură.

O ciupercă în mod deosebit se compune din :

— o pălărie sub care se găsesc lamele așezate radial, tuburi sau un fel de ace;

— un picior care are adesea în partea superioară un inel sau colier la baza rămășițelor membranei care înconjoară și învelește ciuperca tînără (valva) al cărui aspect seamănă cu o jumătate de coajă de ou, are o pungă mică.

Mînătărcile, se recunosc după prezența multiplelor alveole sau pori de pe fața interioară a pălăriei. Acești pori reprezintă extremitatea tuburilor fine paralele. Aceste tuburi sînt ușor de separat de carnea pălăriei. Se numără mai multe specii din acestea, unul singur trebuie considerat ca suspect și aruncat și anume **mînătarca dracului.** Mînătarca amară și mînătarca mică piperată, pot da o mîncare ce nu poate fi mîncată, însă sînt inofensive.

Sub numele generic de ciuperci otrăvitoare sînt cuprinse speciile de ciuperci al căror consum produce intoxicații grave.

Unele sînt toxice în întregime, altele un pic mai numeroase sînt toxice prin bacele lor. Ele trebuie să fie aruncate

atunci cînd există o îndoială. Dintre toate bacele, singurele toxice sînt cele roșii și negre. Cele albe sau incolore, în mod obișnuit nu sînt toxice.

Amanitele mortale, nu pot fi definite și recunoscute decît printr-un ansamblu de caractere și nu printr-o particularitate remarcabilă :

— prezența unei valve membroase în formă de sac în partea îngropată;
— lamele albe;
— marginea pălăriei stricată;
— miros puțin puternic;
— spori albi (praf fin ce se recoltează scuturînd pălăria) devenind violeți sub acțiunea tincturii de iod.

Soiurile necomestibile (otrăvitoare) mai cunoscute sînt :

— ciuperca albă, buretele pestriț, buretele de tîrș, buretele cerbilor, buretele puturos (pucios), hrib țigănesc, băloșelul, gogoașa, bureții păroși.

Dacă există bănuiala de intoxicație cu ciuperci se va proceda în felul următor :

— nu se bea apă;
— se încearcă vomarea urgentă și cît mai abundentă;
— după vomă se bea apă călduță cu praf de cărbune, sau la fiecare 30 minute un pahar cu apă în care s-a dizolvat o lingură de sare. Dacă se constată ameliorări, se micșorează intervalul de timp pentru administrarea apei sărate.

PREGĂTIREA ȘI CONSERVAREA HRANEI

PREGĂTIREA ALIMENTELOR DE ORIGINĂ ANIMALĂ

Pentru a supraviețui în condiții deosebite, omul este nevoit să-și procure hrană din vînat și pescuit. Cantitatea de carne obținută, poate uneori să depășească nevoile curente de consum, fapt ce implică conservarea acesteia cu mijloacele existente la îndemînă.

În această situație, se impune o cunoaștere amănunțită a mamiferelor, păsărilor, peștilor, crustaceelor și broaștelor ce fac obiectul vînatului și pescuitului.

De asemenea trebuie cunoscute și unele metode simple de conservare.

a) Vînatul a cărui carne se consumă obișnuit

1. **Mamifere :** iepurele, cerbul, cerbul lopătar, căpriorul, capra neagră, porcul mistreț, ursul.

2. **Păsări:** rața sălbatică: mare, pestriță, cîrîitoare, pitică, fluerătoare, sulițar, lingurar, cu ochii albi, moțată; gîscă: de vară, de semănătură; lișița, cocoșul de munte, cocoșul de mesteacăn, jerunca, fazanul, dropia.

b) Vînatul a cărui carne se consumă mai rar

1. **Mamifere:** bursucul, bizonul, nutria.

2. **Păsări :** sturzul, fluerarul, nagîțul, cîrșteiul de baltă, gaița, stăncuța, țigănușul, ferăstrăul, vrabia, cinteza.

c) **Peștele:** toate speciile.

d) **Crustacee :** racul, homarul, langusta, crevetele.

e) **Moluște:** scoici, melci, stridii, midii.
f) **Broaște.**

Conservarea cărnii de vînat

În mod obișnuit carnea de vînat se consumă după o prealabilă maturare mai avansată sub forme de preparate culinare specifice. Ea are o conservabilitate mai redusă din cauza condițiilor de recoltare și prelucrare (sîngerare incompletă, eviscerare întîrziată etc.).

Dacă în anumite situații se impune conservarea cărnii de vînat pentru mai mult timp, se recomandă a fi luate unele măsuri ce duc la prelungirea duratei de conservare. Astfel se impune ca în timpul cel mai scurt să se execute:

— **sîngerarea** animalului vînat;

— **scoaterea** alicelor, gloanțelor și curățirea plăgilor;

— **jupuirea** în condiții perfecte de igienă, cu îndepărtarea țesuturilor zdrobite;

— **eviscerarea** cu atenție spre a se preveni ruperea și vărsarea masei gastro-intenstinale, a vezicei urinare și a vezicei biliare. Carnea eviscerată în maximum 1 oră după vînare, poate fi supusă conservării. Și în ceea ce privește calitatea și recomandările de consum, se înregistrează modificări din cauza întîrzierii eviscerării, ajungîndu-se toamna și iarna după 12—18 ore, la deprecierea totală a cărnii.

Vara, întîrzierea eviscerării, duce la deprecierea cărnii în timp mult mai scurt.

După eviscerare, animalul întreg este agățat într-un loc răcoros, ferit de muște, spre a se răci și zvînta.

Timpul necesar răcirii corpului de diferite specii, rezultă din tabelul de mai jos.

Nr. crt.	Specia de vînat	Timpul necesar de răcire		Obs.
		Toamna	Iarna	
1	Capra neagră	8—10 ore	—	Eviscerat
2	Cerbul	12—14 ore	10—12 ore	— „ —
3	Mistrețul	12—14 ore	10—12 ore	— „ —
4	Cerbul lopătar	10—12 ore	8—10 ore	— „ —
5	Căpriorul	8—10 ore	6— 8 ore	Eviscerat
6	Iepurele	5— 7 ore	4— 6 ore	— „ —
7	Fazanul	5— 4 ore	3— 4 ore	Cu intestine
8	Păsări acvatice	5— 6 ore	3-- 5 ore	Eviscerat

Vara timpul de răcire este mai mare.

Și în cazul vînatului cu pene, se aplică aceleași procedee executate la fel de rapid pentru obținerea unei cărni de bună calitate și cu durată mare de conservare.

În condiții speciale se pot aplica metode simple de conservare, care diferă în funcție de anotimp.

Pe timp de iarnă, animalele și plantele sînt rare.

În cazul în care se omoară un animal mare sau din animalele mici, pentru a se folosi în viitor carnea acestora, se pune imediat la înghețat, folosind următoarele mijloace:

— carnea proaspătă se răspîndește imediat în jurul adăpostului;

— se face o gaură în pămînt înlocuind frigiderul;

— se agață carnea tăiată fîșii în copaci, acolo unde bate vîntul și soarele. Carnea tăiată în fîșii, se usucă la vînt sau la fum. Fîșiile din carne se pun pe un grătar din lemn și se usucă pînă ce carnea devine fragedă. Pentru foc se folosește salcia, mesteacănul și mesteacănul pitic, deoarece copacii rășinoși ca pinul și bradul schimbă gustul cărnii.

Se construiește o afumătoare. Se atîrnă carnea și se face un foc mic sub ea. O altă formă (metodă) mai rapidă de afumare a cărnii este următoarea: se sapă o groapă adîncă de aproximativ 1 m și largă de 0,50 m. Se face foc mic pe fundul gropii (după aprinderea focului se folosește lemn verde pentru fum). Se pune un grătar din lemn la aproximativ 0,75 m de la fundul gropii. Se folosesc bețe, ramuri sau frunze pentru acoperirea groprii.

Metodele de păstrare a peștilor și păsărilor se aseamănă foarte mult cu acelea ale păstrării cărnii animalelor.

Peştii trebuie curăţaţi de solzi sau jupuiţi, în primul caz curăţaţi cu vigoare de la coadă spre cap, în cel de-al doilea caz pielea spre cap (peştii plaţi în special). Pentru ţipari se procedează ca şi cu şerpii. Carnea acestor animale, alburie sau roşiatică, destul de fragedă, putrezeşte repede, se consumă fiartă, coaptă sau friptă.

Pentru a pregăti peştele pentru afumat, se taie capul şi se scoate şira spinării, apoi se întinde şi se fixează în această poziţie. Pentru afumatul peştelui se folosesc crengi de salcie cu coajă. Peştii pot fi uscaţi şi la soare, atîrnaţi pe crengi sau întinşi pe pietre calde. Cînd carnea se usucă, se udă cu apă de mare pentru a se săra.

Un procedeu original pentru frăgezirea sau gătirea (fără foc) a cărnii de peşte, în a o lăsa să se macereze 12 ore tăiată în bucăţi mici într-un amestec format dintr-o treime apă de mare şi 2/3 zeamă de lămîie sau oţet.

Peştii de mare nu se pot păstra decît dacă sînt bine uscaţi şi săraţi.

Crustaceele se mănîncă în general fierte, dar cele mai mari pot fi fripte pe jar şi astfel au mai mult gust. În această categorie intră crabii de apă dulce şi sărată, langustele, homarii, crevetele. Majoritatea sînt comestibile, însă se strică repede şi unele au paraziţi periculoşi. Se găsesc sub pietre sau se pescuiesc din bălţile formate de maree. Cele de apă dulce se prepară, iar cele de apă sărată se pot mînca şi crude.

Şarpele este comestibil, în special şerpii de apă.

Vipera poate fi mîncată dacă i se taie capul, pentru a elimina glandele de venin.

Toate aceste animale (reptile) trebuie să fie curăţate imediat ce sînt prinse, ceea ce se execută cu uşurinţă după o mică spintecătură abdominală.

Ele se jupoaie foarte bine de la cap spre coadă. Şerpii se spînzură de cap (care se taie pe urmă) se face o incizie circulară sub lizatină şi se trage pielea spre coadă.

Larvele, lăcustele, termitele şi majoritatea celorlalte insecte sînt hrănitoare şi sînt gustoase dacă sînt bine preparate. Se pot face supă sau tocană. Ele conţin proteine. Lăcustele în mod deosebit trebuie gătite, pentru a se omorî paraziţii pe care îi conţine corpul lor.

Pentru **conservarea** cărnii de vînat **pe timp de vară** se procedează ca şi iarna, dar reuşita metodei este mai sigură prin adaus de sare.

Carnea după caz se mai poate conserva prin sărare uscată sau umedă, tăiată în bucăţi.

Pentru perioade scurte, în lipsă de sare, fum sau soare puternic, vînatul după jupuire, eviscerare, răcire şi zvîntare, poate fi ţinut într-un loc răcoros (umbrare) bine aerisite. Picioarele vor fi distanţate cît mai mult de corp, iar părţile laterale ale abdomenului se vor deschide bine cu ajutorul unor beţe de lemn. În toate cazurile, animalele sau păsările sînt atîrnate la distanţă unele de altele şi nu trebuie să se atingă de pereţii adăpostului, spre a putea circula în bune condiţii aerul.

UNELE METODE PENTRU PREVENIREA UNOR DERANJAMENTE STOMACALE ŞI ÎNLĂTURAREA GREŢURILOR

Felul de viaţă al omului primitiv demonstrează că în condiţii speciale, omul poate folosi ca hrană şi ca mijloace de tratament a unor boli, plantele şi unele produse de origină animală, fără ca în prealabil să fi fost preparate.

În acest scop, este important să se cunoască, care sînt produsele vegetale care pot constitui alimente sau remedii medicamentoase şi care dintre ele trebuie evitate fiind toxice, destul de periculoase. Pentru aceasta trebuie să se cunoască aspectele lor.

Deoarece consumul de plante şi în special de animale nepregătite (nepreparate) pot provoca unele deranjamente stomacale, se va căuta să se folosească unele plante sau părţi din acestea care pot preveni, atenua, sau înlătura aceste tulburări.

Astfel, consumul de carne sau peşte crud, poate provoca greţuri, vărsături, pentru a căror evitare este indicat să se folosească în timpul mesei, produse vegetale de natura usturoiului, hreanului sau muştarului.

În ţara noastră creşte o plantă ierboasă numită popular **„usturoiţă"**, cu o tulpină dreaptă sau ramificată numai în partea superioară, cu flori albe cu 4 petale, cu un fruct în formă de păstaie, cu miros şi cu gust puternic de usturoi, în special după strivire. În alte ţări şi în special în Franţa, planta este consumată în locul usturoiului. Se întîlneşte prin tufişurile şi luminişurile pădurilor de la cîmpie şi deal, începînd din aprilie pînă în septembrie.

De la această plantă se consumă frunzele și ramurile tinere, proaspete, în cantitate de 20—40 grame.

De asemenea, prin crînguri și chiar locuri cultivate, poate fi găsită planta numită popular **„pure"**, care se aseamănă foarte mult cu usturoiul. Are același gust ca și usturoița și pot fi folosite atît părțile vizibile cît și bulbul din pămînt.

Prin locurile pe unde se găsește planta numită „hreniță", plantă ierbacee, cu tulpină ramificată, cu frunze compuse formate din 7—9 foliole, cu flori mici ce prezintă 4 petale albe, iar fructul are un gust iute. Poate fi folosită planta întreagă și în special semințele pentru gustul lor iute și arzător.

De asemenea, se găsesc din abundență, multe specii de muștar sau rapiță, a căror semințe înlocuiesc muștarul comercial.

Pentru înlăturarea gustului neplăcut, în special al produselor de origină animală, se pot folosi plante aromatizate și în special cimbrul de cîmp, o plantă ierboasă, cu tulpina întinsă pe pămînt, cu frunze mici ovale și flori purpurii. Întreaga plantă are gust și miros aromat, asemănătoare cimbrului și se folosește în cantități mici, uscată și fărîmițată, peste alimentele respective.

O altă serie de plante ce pot fi folosite în acest scop sînt cele care au fructe cu gust acrișor sau acru.

Astfel, pot fi găsite începînd din luna mai, redate în ordinea coacerii fructelor următoarele : agrișe, zmeură, mure, afine, cătină, gherghine, mere pădurețe, porumbe, măceșe etc. Fructele acestor plante, pe lîngă faptul că pot fi întrebuințate ca alimente, constituie importante remedii medicamentoase, folosite pentru înlăturarea grețurilor, în special datorită gustului lor acrișor.

Măcrișul, plantă întîlnită prin fînețe și poienile pădurilor, datorită gustului său acru, poate fi folosit în același scop.

2. EVITAREA TRANSPIRAȚIEI

Imediat după începerea misiunii, în condiții de supraviețuire, echipamentul din dotare trebuie adaptat condițiilor de mediu fizic extern : anotimp, umiditate, relief, alte particularități geografice, pentru a evita consumul energetic suplimentar și pierderile de căldură și apă. Indiferent de condiții, chiar la temperaturi ridicate, se va păstra cel puțin rufăria de corp, pentru a se menține o anumită umiditate în contactul imediat cu pielea. Expunerea liberă a corpului uman, neacoperit de lenjerie, prin desființarea stratului de aer dintre piele și rufărie și inexistența unei protecții conferite de țesătura de fibre naturale sau artificiale, sporește pierderea de căldură și mărește cheltuielile de energie a organismului.

Supraviețuitorul trebuie să păstreze lenjeria umedă pe corp, astfel ca uscarea să se facă la temperatura organismului, în mod lent, fără pierderi bruște de căldură umedă, iar transpirația pielii să fie diminuată.

Consumul de apă în condiții de supraviețuire se raționalizează în raport cu nevoile organismului, de pierderile normale (urină, transpirație), de natura efortului fizic și de posibilitățile de a obține cantitatea necesară. Atunci cînd și alimentația este precară, rația de apă și alte lichide, va fi de 2 500 ml. Pentru ca pierderea de lichide să fie cît mai redusă, apa se bea în cantități mici și repetate, la distanță de mesele care constau din carne crudă sau vegetale crude. Se vor evita astfel deranjamentele digestive, care pot prin diareea produsă, să scoată din organism cantități foarte mari de lichide și să tulbure grav sănătatea.

Se va evita pe cît posibil consumul unor cantități de apă mai mari, întrucît eliminarea ei prin transpirație, respirație, urină, fecale, are drept consecință și o pierdere de săruri minerale, în special de sare.

Cînd în alimentație se poate asigura o rație de fructe, legume, părți verzi de plante, carne crudă, care conțin o cantitate însemnată de apă, rația de apă de băut, poate fi redusă la 1 500 ml. Aceasta se va consuma în cantități mici, între mesele de supraviețuire.

În cazul deranjamentelor digestive cu diaree și vărsături, în prima urgență se renunță la alimentele obținute din mediu, păstrîndu-se numai rația normală de apă.

În condițiile supraviețuirii, efortul muscular trebuie raționat la nevoile strict impuse de misiune sau de izolare temporară. Efortul suplimentar muscular, crește transpirația și eliminarea de urină, scoțînd astfel din organism, mari cantități de săruri minerale, ceea ce duce la apariția

unor tulburări. Un singur litru de transpirație, poate elimina din organism pînă la 1/3 din rația zilnică de săruri minerale, în special clorură de sodiu (sare de bucătărie).

În condiții de efort fizic și de temperatură ridicată, transpirația poate ajunge la 2—3 litri în 24 ore, de aceea în perioada supraviețuirii, singura sursă de săruri minerale o constituie fructele și legumele proaspete, culese din mediul înconjurător, dar consumate rațional, în cantități moderate, care să dea senzația de calmare a foamei. Consumul de carne crudă sau ouă de pasăre, nu trebuie să depășească 200—300 g pe zi, aproximativ 90% din acestea constituind aportul de apă cu săruri minerale capabile să rețină lichidele în organism și să evite eliminarea lor prin transpirație.

MIJLOACE NATURALE DE COMBATERE A URTICARIEI ȘI INTOXICAȚIILOR

1. Urticarea și tratamentul ei simplificat

Urticarea se manifestă prin mîncărime și prin apariția la nivelul pielei a unor pete roșii reliefate și de mărimi diferite. Este cauzată de unele alimente (scoici, melci, raci, carne de porc, căpșuni, cereale, ouă, lapte, roșii, ciocolată) și de înțepături de insecte (țînțari, muște, albine, păianjeni).

Urticaria poate fi însoțită în afară de mîncărime insuportabilă, de indispoziție generală, greață și uneori febră. În lipsa unor mijloace medicamentoase potrivite, se utilizează pentru combaterea mîncărimii o fiertură de patlagină sau de nalbă, de flori de tei împreună cu flori de mușețel, cu care după răcire, se tamponează pielea în regiunile afectate. Din aceeași fiertură, în caz de greață sau alte tulburări digestive, se poate bea de către bolnav o cantitate de 100—200 g de mai multe ori pe zi. De asemenea, se poate lua cu bună eficacitate împotriva mîncărimii și tulburărilor digestive, o fiertură de panseluțe de cîmp (trei frați pătați).

În eventualitatea prezenței diareei și crampelor abdominale, se poate prepara și da bolnavului, cu prudență, o fiertură de 100—200 g frunze de mătrăgună, de laur, sau de măselariță și care se poate repeta de 2—3 ori pe zi.

2. Intoxicații posibile și tratamentul lor simplificat

Intoxicația cu „pălăria șarpelui" sau „buretele pestrîț" (ciupercă de culoare roșie cu pete albe), produce semne ca : salivație și lăcrimație abundentă, dureri de cap, transpirație, greață, diaree, tulburări de vedere.

În primul rînd, la începutul semnelor de intoxicație, i se provoacă bolnavului vărsătură. În continuare, i se dă bolnavului să bea o fiertură de mătrăgună, de laur sau de măselariță, preparate cu o cantitate dublă de plantă (300—400 g) pentru o dată.

Intoxicația cu semințe de ricin.

Un număr mai mare de 4—5 semințe de ricin, poate provoca o intoxicație cu senzația de arsură esofagiană și stomacală, dureri de abdomen, vărsături, dureri sanghinolente și chiar moartea. La începutul semnelor intoxicației, se caută în mod obligatoriu să se provoace o vărsătură, după care se face o fiertură de nalbă sau de tei, mușețel sau de semințe de in și i se dă intoxicatului.

Intoxicația prin consum de scoici.

Semnele principale sînt : amorțeală, astenie, răcirea corpului, dezechilibru la mers, tulburări de vedere.

Tratamentul constă în administrarea de purgative, cîteva semințe de ricin (3—4 semințe), după ce mai întîi s-a provocat bolnavului vărsături.

LISTĂ

cu ustensilele necesare procurării, preparării și servitului hranei

A. **Pentru procurarea hranei :**

— lanternă ;
— raniță ;
— grătar de fier ;
— lopată, cazma mică ;
— lame bine ascuțite ;
— băț ascuțit ca o suliță ;
— lațuri de sfoară ;
— capcane și curse ;
— praștie dintr-un elastic și un băț bifurcat ;
— undițe și cîrlige ;
— bucăți de sticlă ;
— oțet, lămîie.

B. **Pentru prepararea hranei :**

— vase din tuci, fier, tablă, lut, lemn de diferite mărimi ;
— chibrituri, brichetă, amnar și iască, lupă, lumînare, benzină, cartuș luminos de semnalizare, praf de pușcă scos din cartușe ;
— topor ;
— cuțit cu vîrf ;
— pilă sau gresie.

C. **Pentru servitul hranei :**

— farfurii din tablă adînci și întinse ;
— lingură mare și mică ;
— furculiță ;
— sare de bucătărie.

CUPRINSUL

Redactor : Locot. col. HERMAN IOAN

Bun de tipar : 16.05.1970 *Apărut : 1970*
Hîrtie scris tip I A de 80 g/m².
Format 700 x 1000/32. Coli de tipar 7 + 22 planșe
tipo. B268. C. 574
P.c. 6,50 lei

Tipografia militară M.F.A.